CUNOAȘTERE
AUTOCUNOAȘTERE

DE VORBĂ CU
VALERIU POPA

DESPRE SĂNĂTATE ŞI VIAŢĂ

OVIDIU HARBĂDĂ

Ovidiu Harbădă

DE VORBĂ CU VALERIU POPA DESPRE SĂNĂTATE ŞI VIAŢĂ

Inginerul Valeriu Popa, născut la data de 4 iunie 1924, în comuna Dioşti, județul Dolj, este un deschizător de drum în domeniul bioenergeticii umane şi al naturismului din țara noastră. Având manifestări aparte încă din copilărie, la vârsta de 4 îi punea următoarele întrebări: „De ce este paznic la vie?, De ce este armata când spui cuvântul om?, Cine este omul, de unde vine şi unde merge?”.

Eliberat de prejudecăți şi dogme, dar principial, Dl. Popa este un spirit deschis spre acumularea cunoştințelor din toate domeniile de activitate care îl pot ajuta să fie mai bun, să se autocunoască mai bine, pe drumul desăvârşirii de sine.

Mereu preocupat de enigmele vieții, este unul dintre puținii oameni care îşi pot susține convingerile şi afirmațiile cu probe materiale, cu fapte ce nu pot fi contestate de nici un om de bună credință.

Unii oameni ştiu a face să se vorbească despre ei prin faptele lor bune sau rele. Din care categorie vreți să faceți parte? Cu siguranță că din prima.

Despre cel prezentat în această carte se vorbeşte prin faptele sale bune. La terminarea lecturii veți fi mai buni (cu voi şi cu semenii voştri) decât ați fost înainte.

SPERANȚA

Speranța, cuvânt minunat
În lumea asta mare
Tu tuturor aduci în dar
O dulce alinare.

Căci nu e om pe acest pământ
Fie el mic sau mare
Să nu creadă-n acest cuvânt
Cu-adânca-nflăcărare!
.....

Copiii s-au născut firavi
Părinții sunt îngrijorați
Dar spera că nu-i ceva grav
Vor fi alăturea că frați.

Mai cresc apoi şi spera iar
Ca boli, necazuri, în zadar
Pe ei cumva s ocoli

Şi sănătate vor găsi.

Şi cresc mereu adolescenți
Cu gândul numai sunt prezenți
Caci ştiți şi voi inima-n zbor
De-acum e doar la aleşii lor.

Şi se grăbesc nu-i de mirare
Să crească repede mai mari
Ca vârsta ce le stă în cale
Să treacă repede cu ani.

Şi spera mereu neîncetat
Ca viața repede s-o ia
Doresc însă şi-altceva
Să meargă mai curând la sfat!

Sunt în sfârşit la casa lor
Spera o viață de român
Ar vrea s-aducă ceva-n dar
Ce alții nici nu au habar!

La rândul lor au şi ei copii
Cu greutăți de zi cu zi
Cu bucurii şi neplăceri
În toată lumea e la fel.

Dar spera însă tot mereu
Ca drumul lor nu va fi greu
Că viața lor le va zâmbi

Le va aduce bucurii.

Şi-aşa cu timpul tot trecând
Se vor vedea, cândva, curând,
Când în oglinda s-or uita
Cu parul alb că şi de nea.

La rândul lor acum bătrâni
Se vor simți cu mult mai buni
Gândindu-se mai intelepți,
La unul sau mai mulți nepoți.

Şi povestindu-le la toți
Cam cum era pe vremea lor
Cu alte rosturi duse vremii
Trecut-au multe albe ierni.

În suflete însă-au păstrat
Cu drag, speranța de-altădat'
Şi n-o vor pierde ei nicicând
Cu toți ai vieții ani trecând.

Şi astfel anii din amurg
S-or înşira frumos pe rând
În inimi toți îşi vor păstra
SPERANTA- pe de-a pururea!

ing. Rodica Popa.

PARINTII

Păşesc uşor puțin absent
Pe-un drum nu mereu ascendent
Gândindu-mă cu nostalgie
La anii vieții din pruncie.
.....
În leagăn tu când ai venit
Şi-n viață abia ai poposit
Ca rândunica mică-n cuib
Părinți mirați stau şi te-ascultă.

Cu drag ei viața-ți urmăresc
Te-au căutat şi te găsesc
Sunt fericiți că le-a sosit
Un mugur mic şi înflorit.

Te ocrotesc cu gingăşie
Cu-a lor întreaga ființa vie
Smulgându-le cu un surâs
Un hohot de râs sau de plâns.
Se zbat mereu şi zi şi noapte
Cu-n cântec de leagăn în şoapte
Ca să te facă-măi uşor
Din cuib în viață că să zbori.

Şi-şi iau pe umeri tot ce-i greu
Cu greutăți luptând mereu
Ca viața să ți-o facă plină
Şi fericirea ta deplină.

Poate nu prețuieşti acum
Ci peste ani mai mulți la drum
Aprecia-vei mai corect
Munca şi grija lor concret.

Să ştii, părinții iți transmit
De peste ani, că pe un ghid
O conduită buna-n viață
Dorindu-ți-o mereu frumoasă!

ing. Rodica Popa.

Cap. I - PRIMUL PAS

Într-una din zilele de vara ale anului 1994, primesc un telefon de la o cunoştinţă apropiata din Bistriţa, doctorul în acupunctura Popa Stefan, care avea ceva treburi prin Bucureşti şi dorea să ne vedem, să mai vorbim despre lucrurile care ne pasionau. Ne-am întâlnit şi am stat de vorbă ore în sir, într-o zi însorită de vară, într-un parc din Bucureşti. La un moment dat, surprins de câte probleme îşi lămurise discutând împreună, m-a privit cu uimire şi a exclamat: „Ovidiule, tu cunoşti atât de multe lucruri de când eşti lângă nenea Popa, de care atâţia oameni au nevoie, de ce nu scrii o carte?" Am rămas puţin nedumerit, după care am trecut la alt subiect, simţind în cuvintele interlocutorului meu sentimentele unui foarte bun prieten.

Este ziua de 6 decembrie 1995. Dimineaţa, când mă trezesc, dau să ies din camera şi aproape mă împiedic de bocancii mei. Încă adormit, mă întrebam ce căutau acolo, când observ într-unul din ei un pachet. Venise „Mos Nicolae"! Eu cam uitasem de el, dar moşu' nu m-a uitat şi, grijuliu, mi-a adus chiar şi bocancii la uşa camerei , să-mi încep ziua cu bucuria darului său. Insă, îmi era dat că acesta să nu rămână singurul cadou din partea sa.

După programul de dimineață m-am pregătit să merg la serviciu. Afară era o zi de iarnă minunată. Viscolul se potolise, fulgii cădeau liniştit, iar zăpada acoperea oraşul întreg cu o mantie alb-argintie, căci era a doua zi de când ningea continuu. Cu răbdare, am ajuns la institut şi m-am pregătit de lucru. Mai pe la prânz ne-am strâns în birou câțiva colegi, să-l felicitam pe unul dintre noi, care era „Nicuşor". Gustând din alunele crude de pe masă, s-a adus vorba şi despre alimentație, sănătate, printre noi aflându-se şi susținători ai unui regim de nutriție natural, din cereale, legume, fructe. Eram şi eu un adept al modului de viață natural şi purtam discuții pe tema aceasta, când mi se cerea părerea. Spre sfârşit mi-am făcut un ceai fierbinte din galbenele şi tei, pe care îl savuram band câte o înghițitură şi asistând la conversațiile colegilor. La un moment dat, unul dintre ei, dl. Sârbu, vine la mine şi mă întreabă direct: „Mai Ovidiule, n-ai vrea să scrii o carte despre sănătate şi manifestări aşa-zise paranormale, că tu ai la dispoziție o mulțime de informații şi fapte reale despre acest subiect? Tu o scrii şi eu ți-o public. Ce zici?"

La auzul acestor cuvinte, toată liniştea şi moleşeala în care mă aflam au dispărut dintr-o dată. O carte? Eu să scriu o carte? Apoi gândul mi-a zburat acasă la nenea Popa. Erau acolo zeci de casete înregistrate, cu mărturii ale unor

oameni bolnavi de cele mai incurabile maladii şi care s-au făcut bine urmând sfaturile dânsului; erau sute de probe materiale, cu acte medicale care certificau diagnostice de mai multe feluri de cancer, de psoriazis, de leuconevraxită, de epilepsie şi câte şi mai câte. Eram zi de zi martorul unor diagnosticări extrem de precise, făcute unor oameni pe care nu-i văzuse niciodată până atunci, nu-i cunoscuse şi cărora le expunea în câteva zeci de secunde istoricul bolilor de care suferiseră din copilărie, din clipă naşterii şi chiar de mai înainte, până în prezent, ce accidente avuseră în timpul vieții, iar unora le spunea şi ce or să aibă în viitor, dacă nu îşi schimba modul de gândire şi de alimentație. Am cunoscut mulți care nu l-au ascultat şi s-au întors după o luna, un an, doi sau mai mulți, să îi confirme stupefiați că ce li se anticipase s-a adeverit întocmai. Din probele strânse de acest Om puteam scrie zeci de cărți, nu una.

Propunerea era extraordinară, venise pe neaşteptate, atât de simplu şi direct încât cu greu puteam face față valului de gânduri şi sentimente ce mă copleşeau în acele momente. Da, aveam materialul necesar, de cea mai buna calitate şi autenticitate, că să realizez o asemenea carte. Dar, în sinea mea există un mare semn de întrebare. Oare îmi va îngădui nenea Popa să o scriu? Ca să mă liniştesc, am parcurs drumul de la serviciu, din Piața Romană, până acasă, lângă

parcul 23 August, pe jos, zăpada şi frigul nereuşind să-mi liniştească clocotul interior şi nici să mă obosească. Când am ajuns acasă, m-am descălțat, am intrat în sufragerie; era linişte, nenea Popa se afla în dormitor. Poate dormea. Dar nu mai aveam răbdare să aştept. Am bătut la uşă şi l-am strigat uşor că să fiu sigur că mă aude. Mi-a spus să intru şi primul lucru pe care l-am rostit a fost să-l întreb dacă îmi dă voie să scriu despre realizările dânsului şi unele cazuri ce s-au autovindecat urmând sfaturile date. Răspunsul primit, felul cum a fost de acord cu propunerea mea, a trezit ceva în mine care simt că se va linişti numai după ce aceasta carte va fi terminată.

Cap. II - NORI, SOARE

Într-una din zilele de vara ale anului 1994, primesc un telefon de la o cunoştinţă apropiata din Bistriţa, doctorul în acupunctura Popa Stefan, care avea ceva treburi prin Bucureşti şi dorea să ne vedem, să mai vorbim despre lucrurile care ne pasionau. Ne-am întâlnit şi am stat de vorba ore în sir, într-o zi însorită de vara, într-un parc din Bucureşti. La un moment dat, surprins de câte probleme îşi lămurise discutând împreună, m-a privit cu uimire şi a exclamat: „Ovidiule, tu cunoşti atât de multe lucruri de când eşti lângă nenea Popa, de care atâţia oameni au nevoie, de ce nu scrii o carte?" Am rămas puţin nedumerit, după care am trecut la alt subiect, simţind în cuvintele interlocutorului meu sentimentele unui foarte bun prieten.

Interiorul îmi spune să încep cu o scrisoare a d-nei Adriana Amzulescu, pe care am cunoscut-o în perioadă când familia Popa trecea prin momente mai grele, când într-o seara a trebuit să-l duc pe Texi, câinele lui nenea Popa, la familia Amzulescu. Eram în maşina lor, pe bancheta din spate, împreună cu Texas, îl ţineam de lesă căci era neliniştit şi, din vorbă în vorbă am aflat de la dânsa că se afla în a şaptea zi de când nu mâncase nimic în afară de 2 litri de apă

distilată. Şi era plină de energie. Abia ulterior, în timp, am aflat prin ce trecuse până atunci. Iată conținutul acestei scrisori:

APEL LA OMENIE!

Este greu să poți convinge pe cei care nu m-au cunoscut în urma cu un an şi să le demonstrez că în urma unui regim alimentar poți avea rezultate atât de miraculoase... Necazurile mele au început din septembrie 1982, când m-am prezentat la un medic internist acuzând dureri ale splinei. Consultata, mi se recomanda repaos şi administrarea unui tratament medicamentos. Dar, totodată, îmi este sesizat un nev pe brațul drept care intrase în agitație şi în juru-i se formase un labou. Sunt sfătuită să consult de urgență un specialist dermatolog. O fac fără întârziere şi de aici încep necazurile, suferințele, deznădejdea. Mă prezint la primul medic dermatolog recomandat şi acesta, după o examinare îndelungată, îmi spune că este de părere să mă adresez prof. dr. Alexandru Dimitrescu de la Spitalul nr.10 de Dermatologie. În dimineața imediat următoare reuşesc să fiu examinată şi sunt liniştită că nu se pune problema unui neoplasm, iar în următoarele 10 minute sunt operata. Se face citodiagnosticul şi sunt asigurată că a fost un angiom puternic vascularizat.

Cu multă seriozitate, timp de 10 zile merg la pansat şi că urmare a rezultatului biopsiei sunt supusă unei alte intervenții, cu extirparea unui nev din vecinătatea celui operat şi a țesutului primei operații.

Sunt asigurată că cele 16 lame făcute în laboratorul de anatomie patologica au ieşit perfecte şi sunt în afara oricărui pericol. În tot acest timp am făcut mai multe analize, acestea fiind de fiecare dată bune. Am făcut şi testele imunologice că şi imunologia indicată.

Dar cu două luni mai târziu îmi apare un nodul la baza celei de a doua operații. Sunt sfătuită să-l operez. Se fac biopsiile necesare şi fac în continuare imunologia şi o serie de alte investigații pe care, pentru moment, le consider necesare. Astfel, fac termografie la dr. Mogoş, Spitalul de Oncologie şi la dr. Anton Maria de la Spitalul Militar Central, depistându-mi-se alți doi noduli - zone reci - fiind îndrumată să-i operez fără întârziere. Fac tomografie la dr. Şerban Georgescu de la Spitalul Fundeni şi se pune în evidență nodulul cu densitate de țesut fibros, iar în spațiul de clivaj dintre grupul flexorilor şi extensorilor palmari, mici imagini nodulare cu caracter de adenopatie.

Revin la Spitalul nr. 10 şi mi se recomandă să operez cel de-al patrulea şi al cincilea nodul apărut pentru a nu degenera. Sunt operată şi încep din nou biopsii, analize, imunologie. În

toată această perioadă ajunsesem la disperare, consultam toți dermatologii care îmi erau recomandați şi mă supuneam oricărei analize care îmi era indicată.

Ajunsesem să transmit aceasta stare de disperare întregii mele familii, prietenilor şi colegilor de serviciu care mă încurajau, dar este greu de explicat ce simte cel în cauza, într-o astfel de situație şi dacă consolările au vreun efect. Luni şi luni pline de nelinişte, de agitație fără nici un rezultat, de frământări fără soluție. Întreg sistemul nervos era într-o surescitare excesivă, încât prinsesem teamă de a mai adormi. Plângeam zi şi noapte şi ajunsesem la o sensibilitate jenanta, încât totul era într-o bezna şi fără rezolvare. În noaptea de 9 noiembrie 1983 fac o erupție pe care nu o mai pot linişti în nici un fel. Sunt la un pas de sinucidere, considerând că am făcut un cancer dermic, fără nici o şansă.

În dimineața zilei de 12 noiembrie 1983, constat în jurul operației apariția altor 4 noduli. Ce mai puteam face? Mă supusesem la 5 intervenții chirurgicale, la o imunologie strictă, plină de tot felul de suferințe, căci vaccinul BCG administrat dădea reacții serioase. Am făcut în decursul acestui an toate investigațiile recomandate şi nerecomandate, în dorința de a mă linişti sau de a găsi o cale de rezolvare. ZADARNIC!

Dar în cursul aceleiaşi zile, de 12 noiembrie1983, am şansă de a-l cunoaşte pe ing. Popa Valeriu, în urma apariţiei articolului din revista Flacăra. Primul contact cu acest om m-a şocat. Am rămas uimită căci, schiţând gestul de a mă supune unei consultaţii însoţite de explicaţii privitoare la evolutia bolii, cu justificarea numeroaselor mele analize, teste şi buletine, domnia să nu îmi permite să spun ce am, ce am făcut. Mi se face „acel consult" (care acum, după 11 luni de la aşa-zisul tratament, căci nu apelez la nici un medicament, totul se bazează pe o alimentaţie echilibrată, pe mişcare în aer liber, pe autocunoaştere) şi cu multă competenţă mi se spune, spre mirarea mea şi a celor din jur, cauza bolii şi totodată precizează că aceşti noduli apăruţi şi operaţi sunt numai efectul.

Aveam o constipaţie de 10-12 ani, netratată cu seriozitate, care a determinat acumularea acestui depozit de toxine în organism şi care îşi găsea descărcarea prin apariţia acestor noduli. Apelând la chirurgie nu făceam altceva decât să înlătur de fiecare data efectul, fără să suprim cauza. Totodată mi se spune că în urma cu 2-3 zile această toxină mi s-a revărsat în sânge, că drumul vindecării este lung, greu şi că reuşita depinde de mine.

În sfârşit! Era ceea ce căutam. Ceva să depindă de mine pentru a mă putea salva, pentru a putea să-mi cresc băieţelul, aşa cum fiecare

mamă o doreşte. Am aderat imediat la aceasta ultimă şansă care mi se propunea. Începând de a doua zi, mi s-a recomandat un anumit regim alimentar, mers aproape 2 ore în aer liber, masarea unor anumite puncte, înlăturarea oricărui alt aliment şi uitarea bolii de care eram ameninţată.

Am apreciat şi apreciez modestia acestui Om, căci într-adevăr, numai omenia şi dragostea nemăsurate faţă de semeni pot sădi în inima bolnavului - al condamnatului la moarte - speranţa, încrederea în sine, descoperirea potenţialului energetic al fiecăruia şi de care nu suntem conştienti. Acest autotratament este la îndemâna fiecăruia, dar necesita o VOINŢĂ FORTE.

Am cunoscut satisfacţia primelor rezultate chiar a doua zi, când am reuşit să mă eliberez de un balast cântărind 4 kg., căci ţin să menţionez că în ultimii ani câştigam în greutate nejustificat, ajungând la 72 kg., la o înălţime de 1,59 m. Tot zbuciumul, suferinţa, disperarea în care m-am aflat un an nu au reuşit să scadă din această greutate. Începând din 13 noiembrie 1983, hrana mea a constat din:

- 1 litru de suc extras din următoarele legume: sfeclă, ardei gras, varză albă, păpădie, ceapă, usturoi, pe care îl consumam între orele 7-11 dimineaţa.

- prânzul la ora 13, alcătuit din 125 gr. grâu netratat, încolțit, 25 gr. miere, 25gr. nucă şi 500 gr. pere.

- seara, la ora 18 consumam acelaşi meniu de la prânz, doar că înlocuiam perele cu mere.

În primele 4 luni am scăzut 20 de kg., această greutate reprezentând surplusul acumulat în timp şi care constituia o povară pentru mine, în ciuda nenumăratelor cure de slăbire. Constatam în fiecare zi că progresele erau uimitoare.

Menționez că cea de-a 5-a operație nu mi s-a sudat, încât timp de o lună şi jumătate am apelat la toate produsele farmaceutice, dar fără rezultat, căci singurul lucru obținut era acela de a întreține o stare de sterilitate perfectă, încât rana nu s-a infectat. Eram „liniştită" de cadrele medicale de la Spitalul nr. 10, că o astfel de vindecare este de durată, incizia fiind profundă, că trebuie să am răbdare până se va reface țesutul. Important este că în urma sfaturilor date de ing. Popa, m-am simțit mult mai bine în mai puțin de o săptămână, folosind şi comprese cu infuzie de nalbă de gradina.

Ameliorarea sănătății mele a fost rapidă şi a trezit uimirea mea şi a celor din jur. În urma acestui regim alimentar strict am constatat că 4 noduli s-au resorbit, că nu mai am insomnii, că îmi găsesc un echilibru, că această fricâ ce mi se cuibărise în suflet începe să mi se diminueze.

Capăt un tonus de viață pe care nu-l mai aveam de multă vreme, începe să mă preocupe tot mai mult aceasta autocunoaştere. Rămân şi eu şi toți din jur uimiți de performantele uluitoare pe care le dobândesc şi încep să-mi recapăt echilibrul. În primele 4 luni am scăzut în greutate, dar apoi am rămas cu o greutate constantă. În iulie 1984 am avut posibilitatea să trec la cel de-al doilea regim alimentar, introducând toate legumele, mai puțin cartoful şi roşia, toate fructele, cu excepția celor acide, având voie să consum şi lactate, dar nu cele fermentate. Văzând că mă simt bine, fac unele abateri care duc la creşterea aciditații şi la reapariția unuia din cei 4 noduli.

Eram conştientă că vina era a mea şi fără şovăire reiau primul regim. Constat ameliorări, dar... încep din nou lupta. Nu regret aceasta încercare la care sunt iarăşi supusă căci, într-adevăr, mi s-a confirmat că ceea ce am distrus într-o viață nu pot dobândi într-un an. M-am convins încă odată că exista un echilibru perfect între ceea ce mi-a prescris ing. Popa şi organismul meu şi că fiecare individ îşi are regimul propriu, adaptat organismului său.

În toată această luptă sunt susținută cu un devotament nemăsurat de soțul, mama şi copilul meu. Nu pot să nu menționez marea omenie de care a dat şi da dovada soția ing. Popa, care a contribuit mult la starea mea de sănătate, căci în

toată această perioadă am trecut prin multe încercări, luptând să elimin acumulările de toxine din ultimii 10-12 ani. Am făcut oreion, tuse convulsiva, furuncule, febra. Atunci când ing. Popa era plecat din localitate, minunata lui soție reuşea să țină o legatură telefonică între pacienți şi soț. De nenumărate ori am simțit această imensă omenie de participare intensă la suferința celui care se adresează familiei Popa. Ştiu că această luptă este lungă, că sunt la începutul ei, că mai am mult până voi ajunge să spun că sunt un om perfect sănătos, dar este o luptă a mea, depinde de mine, ştiu ce am de făcut.

Am cunoscut zeci de cazuri disperate care, ajungând să urmeze tratamentul ing. Popa, au renăscut. Secretul acestui tratament constă în urmarea cu strictețe a celor indicate, a seriozității, înțelegerii, autocunoaşterii şi recăpătarea încrederii în sine. Nu pot să nu menționez că acest Om Minunat, la fabrica unde lucra a avut un colectiv de munca plin de sensibilitate, că m-am bucurat de multă înțelegere şi afecțiune din partea colegilor de serviciu, fiind alături de mine şi participând intens la toate necazurile şi bucuriile acestui drum anevoios.

Mulțumesc pe această cale redactorului Adrian Păunescu, care a reuşit să descopere o astfel de valoare. Trebuie să o prețuim, trebuie să fim mândri şi fericiți că suntem în posesia unui

astfel de exemplar unic, trebuie să-l sprijinim să-i ajute şi pe alții, să poată reda cât mai multor copii posibilitatea de a fi crescuți de părinții lor. Consider că este momentul să fie ascultat glasul celor mulți, disperați, care doresc să facă totul pentru a se salva. Da-ți-le aceasta şansă!

Nu doresc să fac din cazul meu un articol de publicitate, departe, foarte departe de acest gând, ceea ce vreau şi doresc din toată ființa mea este să se găsească o formă legală pentru a putea să beneficieze cât mai mulți din cei care ştiu ce este suferința, posibilitatea de a lupta pentru ceea ce au pierdut... SĂNĂTATEA.

Sunt ecoul a sute de glasuri disperate sau mai puțin disperate, pentru a ne ajuta.

Nu este greu, dar este vital!

AMZULESCU ADRIANA,
BUCURESTI, STR. PRELUNGIREA
GHENCEA NR.36, BL. D4, SC. B, ET.1,
AP 14, SECTOR 6.

Au trecut 12 ani de când d-na Amzulescu afla stupefiata de la medici că era condamnată la moarte. De atunci a început lupta cu boala prin revenirea la natură, sub îndrumarea d-lui Popa. Rezultatele sunt extraordinare, dar încă ele mai depind de respectarea unui regim de viață prescris de cel care i-a arătat drumul spre autovindecare.

În prezent d-na Amzulescu este o persoană foarte activă, este secretara Universității Ecologice, unde depune o muncă intensă, uneori lucrând aproape zi-lumina. Acest lucru l-a confirmat în repetate rânduri şi dl. Dolphi Drimer, rectorul Universității, elogiind calitatea muncii d-nei Adriana şi cu ocazia deschiderii anului universitar 1995-1996.

Cap. III - SURIOARE

„Marți, 30 august 1988, în jurul orei 12,30. Am deschis cu greutate ochii, buimăcită de anestezie. Mă chinuia o durere cumplită de cap şi o slăbiciune îngrozitoare. Am început să constat că eram bine „ancorată" de patul de reanimare: tub de oxigen, transfuzii, tub de dren. Vorbeam cu greutate şi eram speriată. Simțeam că trecusem prin ceva greu şi mi-era frică pentru ce va urma. Număram minutele, orele, aşteptând că odată cu trecerea timpului să mă simt mai bine. Eram curioasă să ştiu ce diagnostic aveam, voiam să ştiu Adevărul.

Mă internasem cu diagnosticul de chist ovarian. Ecografia făcută în 5 iulie 1988 evidenția existența unui chist ovarian, baie de lichid cu diametrul de 10-12 cm. Am fost asigurată că nu este vorba de un cancer, că nu este o urgență chirurgicală şi am aşteptat sfârşitul lui august şi zile mai răcoroase, propice operației.

Toată vara m-am gândit să-l caut pe domnul inginer Valeriu Popa, dar îmi era frică. Mă obseda ideea că aşi putea avea un cancer, instalat mai întâi la sâni, apoi extins şi la ovare. Chistul meu creştea văzând cu ochii. Ajunsesem să am o burtică respectabilă. Post operator s-a constatat

că tumoarea avusese un diametru de 22 cm, la care s-a mai adăugat şi un fibrom. Pentru că nimic nu mai era neatins s-a făcut o „curățenie generală” la locul cu pricina.

A doua zi după operație am profitat de o clipă de singurătate şi m-am dat jos din pat. Voiam să-mi „fur” foaia de observație, să vad diagnosticul real. A treia zi m-am dus şi m-am spălat. Mă deprima mirosul de spital, de boală. Ştiam că mă voi face bine, nu ştiam cum, dar eram sigură că voi învinge. Cu zâmbetul pe buze, mai în glumă, mai în serios, încercam să aflu adevărul. Nu mi s-a spus decât că am avut o tumoare urâtă, că mi s-a scos un ovar şi o mică parte din uter. Cu mintea mea mă şi vedeam facând un copil peste un an!

Operația era imensă, m-am speriat când am văzut-o. După 4 zile am ieşit de la reanimare. Începusem să mă mişc, să citesc, să mănânc, să am grijă de flori. Dar întrebările nu-mi dădeau pace. Liniştea aparentă a durat doar câteva zile. Ori de câte ori am întrebat medicii ce este cu mine, nu mi s-a răspuns, am fost ocolita, am auzit un şir lung de bâlbâieli, sau mi s-a zâmbit dulce şi am primit un răspuns de complezență. Era îngrozitor că nimeni nu avea curajul să se uite în ochii mei şi să-mi spună adevărul. Au fost cele mai cumplite ore din viața mea, când nimănui nu-i era mila de mine şi nu-mi spunea

adevărul. Acest blestemat secret profesional! Dacă un om vrea să ştie ce are, vrea adevărul, indiferent care este, că să ştie cu ce are de luptat, este o crimă să nu i se spună!

Numai un prost poate fi convins că face cobalt profilactic, că vitamina B6 se administrează intravenos la Filantropia, mai nou, după care ți se face rău şi-ți cade parul. Ori în ceea ce mă priveşte nu era cazul. Sâmbătă, 10 septembrie, am avut certitudinea diagnosticului. Prietena mea, Luiza Steriade şi-a făcut pomană cu sufletul meu şi mi-a spus adevărul ştiut de ea: un cancer stadiul I. După simptome, nu ştiam că este stadiul III, iar ea nu ştia nimic precis. Aşa ca...

Când am avut certitudinea că am cancer, am plâns de uşurare. Mi-am dat un an de zile că să mă fac bine. Nu ştiam ce drum voi apuca, dar eram convinsă că voi câştiga luptă. Mi s-a propus iradierea şi am refuzat. Am acceptat doar tratamentul cu citostatice. Diagnosticul în sine nu m-a surprins. Încă din adolescență mi se manifestase o dereglare hormonală, un exces de foliculină şi o carență tiroidiană. Mama m-a dus la medic şi am început să iau de pe la 12 ani vitamina E1, între 15 şi 18 ani m-am îndopat cu origesteron, tiroton şi alți hormoni, iar în studenție am continuat tratamentul. Rezultatele? La 15 ani aveam 1,62 m înălțime şi 54 kg., iar la 16 ani am ajuns la 68 kg., aveam edeme,

hipocalcemii, spasmofilie. Pe la 24 de ani mi s-au rezolvat problemele, dar norocul nu mi-a surâs prea tare. Nu mi-am putut permite „luxul" de a avea copii, ceea ce, pe un echilibru hormonal fragil, a fost fatal. În 1982 am avut un chist ovarian, care s-a resorbit după un tratament cu medroxiprocysteron. În 1985 mi s-au descoperit nişte chisturi mamare. Le-am tratat. Pe moment m-am simțit mai bine, dar din 1986 tulburările s-au agravat. Tratamentul a fost fără vreun rezultat pozitiv. În februarie 1988 chisturile erau la locul lor, mai grase şi mai frumoase că oricând, iar eu făcusem o puternică intoxicație medicamentoasă. Eram că un dalmațian: albă, doar petele-mi erau roşii. Prin martie au urmat nişte senzații ciudate: dureri ovariene puternice, febră aproape permanentă. Era suficient un curent cât de mic sau să strănute cineva, că eu să fac imediat 39°C. Oboseam repede, eram foarte palidă. Pe la sfârşitul lui mai am început să simt în burta mea un rotund, că o minge care creştea, creştea... M-am dus la doctor şi am primit o indicație chirurgicală.

Toată vara lui 1988 m-am simțit foarte rău. Pe lângă oboseala, mergeam cu foarte mare greutate. Pe piciorul drept abia mai puteam să calc, genunchiul stâng mi se „muia" adesea. La mijlocul tibiei drepte îmi apăruse o adâncitură în os, care se înnegrea, în zona genunchiului stâng îmi pocneau vasele sanguine şi aveam mereu

hematoame. Ciclul era neregulat şi foarte dureros, nu îl puteam suporta decât cu tranchilizante. Respiram cu greu, îmi cădea parul, iar dintr-o săptămână, jumătate din zile erau rele, iar cealaltă jumătate bune. Vomam aproape tot ce mâncam. Nu-mi priau decât roşiile, pepenii şi dulciurile, fără carne, sosuri, mâncam ouă, sau brânză. Sânii îmi coceau şi curgeau, iar mamelonul intra în interior.

M-am dus la operație cu gândul că după, nu va putea fi mai rău. Şi cât de tare m-am înşelat! Nu am rezolvat decât o mică parte din problemă. După o săptămână îmi coceau sânii. Aveam aspectul unui aluat de pâine dospit, iar durerile de oase erau cumplite. Nu le puteam suporta decât cu ore de masaj şi cu calmante.

Acasă, am pus mana întâmplător pe cartea lui Jean Valnet, „Tratamentul bolilor prin legume, fructe şi cereale". Am fost convinsă imediat. Din 19 septembrie am început să-mi prepar în fiecare zi sucuri de fructe şi legume şi mi-am aplicat comprese cu foi de varza pe sâni. Drept urmare nu m-au mai durut atât de tare sânii, iar hemoglobina am văzut-o crescând până la 13,8 pe parcursul a doua luni (la momentul operator aveam o anemie uşoară).

Pe la sfârşitul lui septembrie am avut o criză oribilă. Simțeam cum ceva necunoscut urca încet pe ganglioni, apoi ajunge la creierul mic. Au urmat spasme, frisoane, vomă şi o criză vecină cu

nebunia. Nici un calmant nu m-a ajutat. După aceea au început dureri puternice în zona calotei. Mă durea fiecare fir de par în parte, mă dureau oasele capului. Mi-a trebuit multă voință că să îmi țin nervii în fire.

Am ajuns şi la oncologie. La început mă simțeam singură, speriată, apoi acest sentiment a dispărut. Am văzut atâta suferință în jurul meu încât nu m-am mai simțit singură, având sentimentul solidarității prin suferință cu ceilalți.

4 octombrie 1988. Prima doză de citostatice. Nu am simțit nimic deosebit. Pe 31 octombrie a urmat a doua doză. Totul mergea aparent bine. Până în 7 noiembrie, când m-am dus întâmplător la control la Spitalul Municipal. Şi am avut parte de o nouă surpriză: intravaginal mi se formase un țesut de granulație. Am fost invitată la extirpare. Dar pe lângă cauterizarea propriu-zisă am avut şi plăcerea unui chiuretaj biopsic. Fără să mi se ceară acordul, fără să fiu anunțată, fără anestezie... Acest procedeu pe care eu îl socotesc barbar m-a hotărât că acolo, pe loc, în acel cabinet medical al Municipalului, să jur că nu voi mai călca pe la chirurgie decât că să mi se constate vindecarea şi să îl caut pe dl. ing. Valeriu Popa. Cale de mijloc pentru mine nu mai exista. Nu puteam accepta ideea de a merge din operație în operație, din chinuri în chinuri tot mai mari, de a-mi lăsa părți din corpul meu prin diversele cabinete medicale, pentru că în final să

mor. Asta era chin nu viață, iar eu nu puteam accepta o asemenea perspectivă! Ori trăiam în forma în care eram, ori muream, nu aveam de ales! Ştiam de la oncologie că aveam ganglionii prinşi şi focar activ la sânul stâng. Toate acestea mi-au fost sugerate, iar eu am controlat ganglionii prietenelor mele şi m-am convins de adevăr.

L-am căutat pe dl. ing. Valeriu Popa, am primit tratamentul pe care trebuia să-l urmez şi am pornit la „atac". M-am hotărât să fiu propriul meu cobai. Dacă mergea, bine, dacă nu, renunțam. În ce hal eram? Mergeam cu mare greutate, oboseam dacă urcam un etaj, iar dacă îl urcam şi pe al 2-lea amețeam; mă uitam cu invidie la „Texan" (cățelul d-lui Popa) care, sărind cu labele din față pe uşa de la intrare, reuşea să o deschidă. El nu avea dificultăți, eu da. Făceam febră aproape permanent, respiram cu greutate, eram pământie la față. Rana de la chiuretajul biopsic nu mi se mai închidea şi aveam o scurgere vaginală de culoare verde-maronie. Sânii îmi coceau şi le simțeam febra interioara de la 10 cm distanță, iar durerea coborâse pe ganglion până la cot. Ficatul se simțea tare şi tumefiat, iar cu pofta de mâncare stăteam prost. Mâncam şi mă străduiam să nu vomit, pentru că ştiam că anorexia şi voma sunt finalul.

Simptomele mele coincideau cu cele ale unei vecine de pat din spital, despre care ştiam că mai

avea cam două luni de trăit. Aflasem că am avut pete pe intestine şi partea stangă a sistemului ganglionar atinsă. Hotărârea mea era luată. Era datoria mea de om să încerc absolut totul pentru a-mi salva viața. O clipă am incercat să mă imaginez moarta, în sicriu. Am respins imaginea. Nu puteam accepta ideea morții fără să-mi fi îndeplinit misiunea în viață, să-mi las existenta neîmplinită.

Ajunsa în acest moment de cumpănă al vieții sale, Doinita s-a hotărât să înceapă lupta.

Sâmbătă, 19 noiembrie 1988, am început tratamentul. Totul a debutat cu o criză puternică. Crizele se succedau săptămânal. Cum era? Mă durea tot corpul, oase, sâni, ganglioni, toată carnea de pe mine, fiecare fir de par din cap, dinții, până şi plombele din gura (îmi venea să-mi smulg lucrările dentare), făceam febră, vomam. Seara, când mă culcam, parcă mă cufundam într-o mare neagră. Mă întrebam dacă dimineață o să mă mai scol. Şi mă sculam! De multe ori plângeam, Întrebându-mă ce păcate ispăşesc, plângeam pentru că nu voiam să mor la 34 de ani. Dar chinul mi-a fost răsplătit curând. După trei zile de tratament mi s-a schimbat aspectul şi mirosul secreției vaginale, iar după o săptămână mi s-a închis rana de la chiuretajul biopsic, hemoleucograma s-a îmbunătățit. Trombocitele au urcat de la 100000 la 215000, iar leucocitele

de la 2200 la 4800. Hemoglobina era bună datorită sucului de sfeclă.

Timp de 45 de zile am avut următorul regim de viață:

- dimineața, făceam igiena cavității bucale, gargara cu ulei, raclajul limbii şi mestecatul mălaiului, apoi o clismă cu rostopască.

- la ora 11 luam 3 linguri de orez crud înghițit cu 1/2 litru de apă distilată.

- la ora 13 luam 125g. grâu încolțit cu 25g miere, 25g. nucă şi o salată făcută din 2 mere, 4 linguri sfeclă roşie, 2 linguri morcov, 2 linguri țelină, 1 lingură ridiche neagră.

- la ora 18 mâncam acelaşi meniu că la ora 13, numai că schimbam soiul de mere din salata, iar la ora 21 beam o ceaşcă de ceai de cimbrişor şi mâncam 30 de semințe de dovleac. În caz de sete beam ceai de salvie, seara la culcare făceam a doua clismă (cu tătănească) şi o spălătură vaginală (o seară cu ceai de nalbă, a doua seară cu ceai de galbenele, apoi cu ceai de coada calului), iar noaptea îmi aplicam pe sâni comprese cu foi de varză.

Deşi slăbeam în greutate, mă simțeam uşoară şi din ce în ce mai în puteri. După trei săptămâni de tratament au apărut şi probleme cu inima. Aveam uneori senzația că nu o să reziste şi o să se frângă. M-am dus la control la dl. Popa şi dumnealui m-a liniştit. Inima era puțin afectata din cauza schimbărilor mari care se produceau în

organism, dar nu se îmbolnăvea. În acea perioadă eliminam masiv toxina prin fecale, urina, saliva, transpirație (puternică şi urat mirositoare), iar foaia de varză trăgea intens din tumori (frunzele îşi schimbau culoarea şi mirosul). Eram speriată de ce puteam să elimin!

M-am încăpățânat să continui şi tratamentul cu citostatice. Dar după doza din decembrie a urmat un dezastru. Pe 26 mai mi s-au administrat 50 mg. farmorubicin şi pe data de 27 mai, 70 mg. de platinol. Abia am ajuns acasă că s-a declanşat voma. Între orele 15 şi 16 am vomat de 11 ori, iar până la ora 21, de 23 de ori. Nu puteam să beau nici o linguriță cu apă. Dădeam totul afară. Cred că am vomat şi sufletul din mine. A doua zi nu am mai vomat decât de două ori şi am reuşit să beau puțină apă, iar a treia zi am putut să mănânc un măr. După această doză de medicamente am constatat că mi s-a refăcut vegetația vaginală, au apărut granule care s-au extins şi bucal şi extern, pe coapsa stangă, iar bucal şi vaginal mi s-a format o aftoză foarte, foarte puternică.

Au existat şi indivizi „amabili" care mi-au spus că persoane-le care vomita masiv după citostatice nu mai au mult de trăit. Deci, îmi rămânea un singur drum, cel al terapiei naturiste, pe care l-am urmat cu perseverență.

Începând cu 3 ianuarie 1989, mi s-a schimbat regimul alimentar. S-au păstrat

procedurile de igienizare şi aplicațiile cu foi de varză, dar am avut o altă dietă.

- Între orele 7 şi 11 un suc de legume alcătuit din 475 g. suc de sfeclă, 200 g. suc gulie (sau ardei), 100 g. suc varză, 50 g. suc din frunză de gulie (sau păpădie), 20 g. suc ceapă, 5 g. suc usturoi îndulcit cu 50 g. miere. La ora 13, 125 g. grâu încolțit, 25 g. miere, 25 g. nuca, 500 g. mere roşii.

- La ora 18 serveam acelaşi meniu că la ora 13, numai că schimbam soiul de mere cu unele galbene sau cu pere. Amintirea dezastrului după citostaticele din decembrie m-a determinat să întrerup tratamentul medicamentos. Hotărârea mi-a aparținut în întregime. Pe moment am fost speriata, dar ulterior am văzut că am ales drumul bun.

După operație nu am stat în concediu medical decât o luna şi jumătate. Am avut norocul să fiu susținută moral şi material de colegii mei de serviciu într-un mod cu totul deosebit. Mi-au făcut o parte din ore, m-au ajutat cu bani. Am preferat să lucrez. În acest fel aveam sentimentul utilității, satisfacția unor realizări. Munca îmi alunga singurătatea, îmi abătea gândul de la boala care mă măcina. Şi apoi nu zăceam pentru că eram bolnavă, ci mă odihneam că să pot merge la scoală. Bucuriile au început să apară una câte una. După primele simptome de autovindecare, mi-au crescut puterile. Am

început să îmi port singura de grija, să fac treburi gospodăreşti mărunte. De „Crăciun” mi-am aranjat bradul, am sărbătorit Revelionul 1988 - 1989 cu semințe de dovleac şi ceai de cimbrişor.

Pe 12 ianuarie mi-am sărbătorit cei 35 de ani. Trăiam, eram în mijlocul prietenilor şi pe deasupra mai fusesem şi bucătar şef. Am preparat totul singura, fără să mă ating de nimic. La început, când pofteam câte ceva, mă saturam cu mirosul. Apoi, odată cu trecerea timpului nu am mai poftit la nimic. Pe 17 ianuarie 1989 mi-am făcut analizele. Când am văzut acul înfipt în vena mea, m-am uitat în altă parte. M-a „trezit” vocea unui domn mai în vârstă: „Ce sânge frumos aveti! Parcă este un vin roşu vechi”. Doamna doctor care mi-a recoltat analizele m-a întrebat ce am făcut că să am aşa un sânge. Voia şi dansa să facă la fel, pentru copilul ei. Când am venit după rezultate am întrebat timid dacă analizele sunt bune. Respectiva doamnă m-a privit că pe o ipohondră şi mi-a spus: „Sunteți perfect sănătoasă!”

Pe 12 februarie am sărbătorit-o pe finuța mea şi ziua aceea a fost foarte frumoasă. Am ajuns la ei şi liftul era defect. Am urcat cele 10 etaje în ritm constant, respirând regulat şi nu am obosit. Pe 18 februarie am avut mai multe bucurii. La scoală, colegii m-au felicitat pentru modul cum arătam. Unul a fost foarte delicat: „Felicitări, azi arăți superb! În noiembrie când te-am întâlnit m-

am speriat de tine. Arătai că un cadavru ambulant!" Seara, la aniversarea Luizei Steriade am redescoperit bucuria dansului. Am dansat doar jumătate din dans, după care am fost nevoită să mă odihnesc. Deci, după doua luni de tratament am avut analizele perfecte, iar după trei, am urcat 10 etaje şi am dansat.

Din cauza lipsei de period se produsese o stocare de toxine în organism. La sfârşitul lui februarie mă simțeam rău, nu mai puteam să respir, mă durea brațul drept, abia mai mergeam. Dl. ing. Popa mi-a făcut o şedință de presopunctură şi chestiunea s-a autoreglat. Lunar, în loc de period, am o criză mai violentă sau mai blândă, prin care elimin stocul de toxine din organism.

Cam pe la începutul lui martie m-am simțit în afară de orice pericol, sentiment confirmat şi de dl. Popa. Datorita acestui regim a început să mi se regenereze tot organismul. Mi-a crescut imunitatea, n-am mai vomat şi nu am mai făcut febră (cam după 1 martie), mi s-a mărit capacitatea pulmonară, m-am vindecat de alergia respiratorie pe care o aveam (nu toleram praful şi detergenții) şi de sinuzită. Războiul era crâncen, pe viață şi pe moarte. Viața celulei canceroase contra viața celulei sănătoase. Analizele erau bune. Oare cine va câştiga? Întrebarea era chinuitoare, lupta grea. Îmi amintesc că în noaptea de 27 spre 28 februarie am avut o criză

puternică. Mi-am revenit a doua zi, pe la ora 11. Simțeam o durere ciudată la frunte. Când m-am privit în oglinda, am constatat că aveam un cucui. Cum l-am făcut, nu-mi amintesc. Probabil că în timpul somnului mă zvârcolisem şi am dat cu capul de ceva.

Bilanțul lunii aprilie a fost următorul: din 30 de zile 22 au fost rele, restul bune. Acuzam dureri puternice de oase şi de ganglioni. Dimineața erau liniştiți, peste zi se tumefiau, seara erau umflați, iar dimineața, după compresa cu varza din timpul nopții erau iar dezumflați. Luna mai a trecut uşor, fără evenimente deosebite. În iunie, din cauza efortului cam mare pentru mine, am slăbit până la 49 de kg. şi din cauza emoțiilor, rana de la chiuretajul biopsic mi s-a redeschis. M-am liniştit după ce mi-am terminat treburile la scoală şi am reuşit să mă odihnesc. Rana mi s-a închis de la sine.

Acest regim m-a făcut să evoluez foarte mult psihic. Am căpătat o nouă deschidere față de multe probleme. Sunt mult mai liniştită, mai sociabilă, mi-am lichidat multe temeri şi complexe. Este fantastic cum m-am putut redescoperi, cum am reuşit să renasc. Am ascultat foarte multă muzică, în special muzica preclasică. Era una din bucuriile mele cele mai mari şi un sprijin din cele mai puternice. În timpul lunii iulie au apărut şi alte semne de autovindecare. Două săptămâni nu am putut

merge din cauza piciorului drept. Acuzam dureri foarte puternice la sold şi la nivelul gleznei. La 17 ani avusesem o dezlipire epuizară prost tratată, din pricina căreia am avut multe neplăceri. Am constatat cu uimire că oasele mi se reaşează şi glezna dreapta ajunge aproape de dimensiuni normale. Doar pigmentația pielii mai indica faptul că am avut cândva probleme acolo. Am observat că mi-a pocnit gingia, o săptămână am stat cu rana deschisă, perioadă în care mi s-a scurs o infecție, apoi gingia mi s-a închis de la sine. La fel mi s-a întâmplat şi cu urechea stangă. Pielea s-a crăpat, s-a prelins o scurgere purulentă, după care rana s-a cicatrizat foarte frumos. Probabil că era o reminiscenta a otitei ce îmi umbrise copilăria.

În august am plecat la Buşteni. Am pornit încet-încet, în excursii. Întâi, Gura Diham, apoi şi mai departe. Când am ajuns la Urlătoarea, m-am simțit campioana mondială la alpinism. Dacă aş fi escaladat Everestul, nu aş fi fost mai fericită. Reuşisem şi lumea era a mea! Plângeam de bucurie pentru că eram normală, pentru că nimeni nu ştia ce boală aveam. Mă consolam că alții aşa-zişi sănătoşi gâfâiau mai tare decât mine la urcuş. Am continuat cu Valea Feții, Poiana Coştilei şi alte excursii care mi-au umplut sufletul de bucurii şi de satisfacții. Am revenit în Bucureşti plină de energie şi m-am apucat de o curățenie generală. Plăcerea mea cea mai mare a

fost să vopsesc ferestrele, lucru pe care nu-l mai făcusem până atunci.

Dar bucuria mi-a fost întunecată de începerea anului şcolar. La fel că mulți suplinitori, am avut mari neplăceri cu norma şi, implicit cu salariul. Toate acestea m-au afectat foarte mult, mi-au stagnat procesul de vindecare. Prin octombrie a intervenit şi altceva, nu mai puteam suporta sucurile şi grâul încolțit. Ştiam că renunțarea la regim sau cea mai mică eroare mă pot costa viața. Am făcut o pauză de la rețeta strictă, mâncând insă numai alimentele permise. Când dl. Popa mi-a spus că sucurile reprezintă cheia vindecării mele, am reînceput să le beau cu pofta. Lunile octombrie şi noiembrie au trecut foarte greu, iar în decembrie am evadat din nou la munte, la Sinaia. O zi făceam o ascensiune mai grea, a doua zi ceva mai uşor. Am urcat până la Cota 1400, la Piscul Câinelui. Dar visul frumos s-a terminat repede şi m-am întors pe 22 în focul din Bucureşti. Emoțiile m-au afectat profund. Pe 12 ianuarie 1990 mi s-a redeschis din nou rana de la chiuretajul biopsic, la un an şi două luni după ce a fost făcută. Mi-am adunat nervii şi m-am calmat. Zbuciumul meu sufletesc nu ajuta nimănui şi nu-mi făcea decât mai rău. În februarie am avut o criză care a ținut cam vreo două săptămâni, cu febră mare, stare proastă, vomă, dureri. Toate le-am depăşit ca de obicei,

fără medicamente, doar cu ceaiuri, presopunctura şi bai.

Pe 20 martie am început primul meu post total. L-am dus cu bine la capăt. Foamea m-a chinuit mai puțin decât mi-am imaginat. L-am făcut la cererea mea deoarece ştiam că prin acest procedeu accelerez autovindecarea. După criza care i-a urmat, saltul calitativ a fost vizibil. Mi s-a schimbat şi regimul alimentar, fiind mult mai lejer. Practic aveam voie să mănânc aproape orice. În vacanta de primăvară am fost din nou la Sinaia. Proba etalon - Cota 1400 - am trecut-o mult mai uşor. În timpul urcuşului devenisem cap de coloană. La un moment dat am auzit din spate: „Doinița, stai! Vrei s-o concurezi pe Doina Melinte la proba de maraton?" Starea mea a fost din ce în ce mai bună în lunile următoare. În iulie am mai făcut un post de 7 zile. Rezultatele au fost vizibile. Acum am ajuns în faza finală, la aşa numitul regim de separare, pe care îl poate urma orice persoană care doreşte să fie sănătoasă. Mă simt excepțional şi ca ultimă realizare pot să menționez că am reînceput înotul. Un om care urca pe munte, înoată şi se simte bine poate fi considerat altfel decât sănătos?

Au fost şi glasuri de specialişti sau suspicioşi care au spus că dacă eu sunt încă în viață, nu am avut cancer. Nu pot să cred că dl. profesor doctor Traian Rebedea, şeful Clinicii de ginecologie şi dl. profesor doctor Paul Nicolescu,

şeful laboratorului de anatomopatologie de la S.C.M.B., s-au înşelat. Diagnosticul este atestat de certificatul medical nr. 9300 din 14 septembrie 1988, de buletinul de analiza nr. 119935 din 25 noiembrie 1988 (chiuretaj biopsic) şi confirmat de doctor în chimioterapie Aldea Gabriela de la I.O.B.

Îmi pare rău că am ajuns doar în ultima instantă la acest tratament naturist, deşi era primul lucru cu care trebuia să încep. Şi nu numai eu, ci toată lumea. Din păcate, din acest punct de vedere, educația noastră, a tuturor, are numeroase carențe. Îmi permit să fac pe aceasta cale câteva sugestii. Ar fi bine că şi în Romania să se creeze condiții legale şi cadre bine pregătite pentru practicarea pe scară largă a terapiilor naturale. Ar trebui să apară publicații de specialitate, să se înființeze magazine cu produse naturale garantate şi restaurante cu meniuri cu specific naturist. Ținând cont de rezultatele spectaculoase obținute în unele cazuri, este bine venită popularizarea şi extinderea practicării medicinei naturiste".

Într-una din zile, stând de vorba cu Doinita şi povestindu-i despre cartea pe care o voi scrie, am rugat-o să-mi relateze câte ceva din trăirile pe care le considera mai semnificative pentru viața ei. A trecut o perioadă de timp şi, într-o după amiază, când ajung acasă, găsesc în camera mea

un plic mare aşezat pe fotoliu, conținând mai multe pagini scrise de Doinița. Îi mulțumesc pentru hotărârea luată de a îngădui publicarea unor întâmplări atât de intime ale sale şi am convingerea că ele vin în sprijinul ipotezelor (încă pentru unii), că tot ceea ce facem, de la gând, vorbă, faptă, se înregistrează şi suntem direct răspunzători de toate consecințele acestor acțiuni ale noastre, că în finit totul este programat, nimic nu e întâmplător şi că suntem dependenți de Vibrația Universală Creatoare. Iată ce am găsit scris în paginile din plicul primit de la Doina Taşcă:

„Septembrie 1974 L-am visat pe tata stând în capul unei mese, având un pahar plin cu vin în față. În pahar stăteau două lumânări aprinse. O voce mi-a spus: „De câte ori se vor învârti lumânările, atâta timp va mai trăi tatăl tau!" Lumânarea mai mică a început să se rotească în jurul celei mai mari din centru şi să se apropie de ea. După patru ture şi jumătate lumânările s-au stins şi s-au aşezat în cruce. Pe 5 ianuarie 1975, la ora 10:45 tatăl meu a plecat dintre noi, după patru luni şi jumătate fix. Ulterior, tata m-a ajutat foarte mult. În sesiune, după ce îl visam, totul era în ordine. Visam notele pe care urma să le obțin la examen, iar uneori, cu o noapte înainte mi se comunica şi subiectul.

Sfârşitul lui iulie 1982 Între mine şi V. lucrurile mergeau mizerabil. L-am visat pe V., care îmi spunea: „După ce că am necazuri cu socru-meu, mai îmi faci şi tu greutăți!” I-am povestit visul şi a început să radă. A negat totul, excluzând posibilitatea de a se căsători. În cei patru ani şi zece luni cât am fost prieteni, nu mă prea putuse minți. Fără să vreau descopeream totul. De aceea mă poreclise „şerif, câine de vânătoare”. A urmat despărțirea mea de V., iar pe 02.10.1982, nunta cu actuala (?) lui soție.

Octombrie 1983

Am visat că mă plimbam cu mama şi cu tata (decembrie-ianuarie 1975) în Herăstrău. Era o după amiază caldă, senină, cu un soare auriu, iar frunza plopului era mare. La un moment dat, tata a luat-o pe mama pe după umeri, s-au îndreptat amândoi spre lac, iar tata mi-a făcut „la revedere” cu mana.

Mama a plecat dintre noi pe 21 mai 1984, ora 16:30: o zi senină, o după amiază cu soare auriu, frunza plopului era mare...

Noiembrie 1983

Am aflat diagnosticul mamei mele: neoplasm de cap de pancreas. Mi-am pus întrebarea, „Dacă aş avea cancer, ce m-as face?” Mi-am răspuns: „Aş înnebuni!”

Astăzi mă întreb: „Oare am înnebunit?” Cancerul meu a fost cel mai greu lucru, dar şi cel mai simplu şi mai frumos din viața mea. Acum, VIAȚA are alt „gust”.

Mai 1988

În burta mea a început să crească o gâlmă. Am nişte dureri suspecte. Uneori parcă mă taie cineva de vie cu un cuțit ascuțit în zona ovariană. Sunt foarte speriată. Singură... Subconştientul meu nu doarme.

Iulie 1988

În sfârşit am găsit puțin timp şi pentru mine. Ştiu că am cancer! Dar, pe banii mei, este plăcut să mă las mințită de doctori. Din şapte câți m-au consultat, cinci au exclus posibilitatea prezentei unui proces cancerigen în organismul meu. Este foarte liniştitor să-ți minți intuiția, să te culci pe-o ureche şi mai ales, să fii mințită contra cost! Doream să-l întâlnesc pe dl. Valeriu Popa, dar îmi era frica de ADEVĂR. Aşa că m-am dus la operație... Laşitatea costă uneori neînchipuit de scump.

30 august 1988

În urma anesteziei am ieşit din corp prin cap, prin spirala (alb-negru). În momentul anesteziei personalul medical se foia în jurul meu. Am revenit în corp la mijlocul operației spunând cu

vehemență: „Nu vreau! Nu vreau!” şi zbatându-mă. Mi s-a administrat o nouă doză de anestezie şi iar am plecat. Am fost într-o regiune unde era cald, linişte, linişte, pace şi o lumină aurie orbitoare. Nu-mi amintesc decât senzația de pace nesfârşită resimțită şi faptul că am văzut sala de operație de sus. Corpul meu era întins pe masa de operație, picioarele şi partea superioară a corpului erau acoperite. La cap stătea anestezistul, la dreapta chirurgul cu doi ajutori, iar la stânga asistenta anestezistă. Mi s-a confirmat ulterior că acesta a fost amplasamentul persoanelor respective pe timpul operației. Eu nu aveam cum să-l cunosc, căci atunci când adormisem se circula în jurul meu, în momentul revenirii mele în trup din timpul operației s-a produs o agitație, iar în momentul trezirii eram deja la reanimare.

M-am dus la spital cu speranța că voi muri pe masa de operație. Mi-am luat „la revedere” de la rude, prieteni şi chiar de la cei ce mă trădaseră. Când m-am întors în corp ştiam că sunt CONDAMNATĂ LA VIAȚĂ! Ştiam că voi trăi! Dar cum? Asta nu o mai ştiam.

8 septembrie 1988

Nimeni nu vrea să îmi spună diagnosticul. Ştiu că am cancer stadiul III. În sfârşit, Luiza Steriade mi-a confirmat diagnosticul (inventând un stadiu I al bolii).

22 spre 23 decembrie 1988

L-am visat pe tata. Era congestionat la față şi mă privea îngrijorat, agitat. Se uita cu disperare la mine. Am fost sigură că va fi rău la oncologie, la tratament, dar m-am încăpățânat şi nu am ascultat...

19 spre 20 ianuarie 1989

L-am visat din nou pe tata. Era şi mai agitat şi mai congestionat. Mă privea cu nişte ochi disperați. Văzând că nu înțeleg exact mesajul, a luat o foaie alba de hârtie pe care a scris; SIDA. Nu m-am mai prezentat la cel de-al cincilea ciclu de citostatice. Avertismentul tatei mi-a consolidat hotărârea.

27 spre 28 februarie 1989

Iarăşi mi-a apărut tata în vis. Era liniştit, cu o față senina, îmbrăcat în haine de sărbătoare. Mă privea calm. A doua zi, „Tăticul" (nenea Popa), mi-a spus că am ieşit din groapa.

Mijlocul lui martie 1989

Rămăsesem în pană de grâu şi de nuci. Eram disperată. Nu reuşisem să le găsesc nicăieri. Am visat-o pe mama, în hainele ei modeste de lucru, stând în față unor tarabe din piața Matache. Peste două zile am ajuns în aceeaşi piață, am mers la tarabele pe care le văzusem în vis şi,

după ce i-am povestit unei tărânci ardelence toată istoria bolii mele, aceasta mi-a scos de sub tejghea grâul şi nucile de care aveam atâta nevoie. La vânzare nu era nimic!

Iunie 1990.

Dumnezeu mi-a dat un dar care pe moment m-a speriat. Mă uitam la oameni şi mi se comunica diagnosticul lor. Unele cazuri au fost confirmate medical ulterior. Mă durea uitându-mă la copii, adulți şi ştiind ce-i aşteaptă. Mă apuca disperarea să vad pe unde îi cară părinții (familia sau prietenii), când eu ştiam ce ar fi trebuit să facă pentru a-şi rezolva problemele! Ştiam drumul, dar nu aveam puterea să conving oamenii să-l urmeze. Nici acum nu am putere să impun un drum. Ştiu insă că uneori nu pot sau nu am voie să iau „rucsacul" altuia şi să-l duc eu. După ce am început să înțeleg mecanismul karmei (cat de cat), s-a diminuat starea de neputință, dorința de a realiza imposibilul, cruțându-mă astfel de suferințe inutile (parțial).

Am plecat de acasă, intenționând să fac o vizită unei cunoştințe. În intersecția din coltul străzii am văzut venind dinspre stangă un Mercedes oliv-metalizat cu geamuri fumurii. Mi-a trecut un gând prin cap: „Maşina aceea mă va calca!" Mi-am spus că este imposibil, deoarece vehiculul era departe. Am început să traversez strada, dar pe la mijloc am constatat că

Mercedes-ul accelerase. Am vrut să fug şi să mă adăpostesc pe refugiul de pietoni al stației de tramvai (sens invers), dar o mana nevăzută m-a oprit. Din spate, de după colt, a apărut o Dacie roşu-portocaliu. Corpul meu a rămas neatins în spațiul dintre cele două maşini (aprox. 50 cm).

29 spre 30 august 1990

Am avut un vis. O viziune, o persoană al cărei chip nu l-am putut desluşi, iar vocea parcă era a „Tăticului": „Nu-ți fie teamă! Vei fi foarte mult ajutată. Vei pleca şi vei realiza lucruri mari!"

Februarie 1992

Am visat că voi rămâne orfană. Cum? Mama mea murise de opt ani. Peste o lună a murit soția „Tăticului" meu.

Octombrie-decembrie 1991

Am visat-o pe mama. Locuia într-o casa dezordonată. Mi-a spus că mă aşteaptă să facem ordine şi să spălam lucrurile murdare în familie... Am visat-o pe mama. Mi-a mulțumit pentru tot ce fac, pentru că LOR, ACOLO, le este mult mai uşor. După şapte ani de tăcere m-am împăcat cu fratele meu. Mă rugasem la cimitirul Belu-catolic, la mormintele făcătoare de minuni, mă rugasem de nenumărate ori în casă şi Dumnezeu mi-a îndeplinit dorința.

Iulie 1992

Mă cocoțasem pe un scaun şi voiam să omor o molie. Eram în extensie şi m-am dezechilibrat. M-am îngrozit gândindu-mă că în cădere aş putea păți ceva rău la coloană. Dar nişte mâini nevăzute mi-au oprit căderea şi m-au aşezat încet, nevătămată, pe podea.

Un pacient de-al „Tăticului", fratele unei colege de serviciu era în post. Avusese un cancer al testiculelor, fusese operat, a făcut un an de regim, apoi, simțindu-se foarte bine, uitase că era încă bolnav... şi a fost nevoie de încă un post. Mă duceam la dl. C., la rugămintea colegei mele, pentru a-i ridica moralul. Într-o seara, dl. C a intrat în coma, apoi a plecat. Era deja rigid, i se schimbase şi culoarea fetei. Soția (medic) a început să-i facă masaj cardiac. Eu am început să mă rog: „Tu, Puterea Iubirii...", rugând Divinitatea să hotărască ce este mai bine pentru evolutia lui. După câteva clipe, omul a revenit în trup. A fost arțăgos cu cei din jur. M-a privit cu ochii lui mari şi albaştri, plin de reproş, nu mi-a adresat nici un cuvânt şi-a întors spatele tuturor, refuzând să mai vorbească.

Peste două zile, cam pe la aceeaşi ora, (aprox. 19), omul a intrat din nou în comă şi a plecat definitiv. Eu nu am fost de față.

20 martie 1993

Doream să merg la parastasul de un an al doamnei Popa. Insă, pe la ora 10 am primit un telefon. Gândurile rele ale celui care mă sunase mi-au provocat efectiv rău fizic. În decurs de două ore mi s-a declanşat o criză de fiere şi o migrenă puternică.

Seara, pe la ora 18, eram singura în casa. Îmi era rău şi stăteam ghemuită în pat, pe întuneric, cu perna făcută sul sub cap. O lumină orbitoare venita din stangă, m-a trezit. O persoană îmbrăcată în alb, cu par castaniu lung, ale cărei trăsături nu le puteam distinge, stătea lângă mine. A făcut nişte mişcări circulare cu mâinile deasupra mea, aranjându-mi corpurile sensibile cam ciufulite. Apoi totul s-a stins. După cinci minute mi-am aranjat şi corpul fizic în poziția în care mi-a fost aranjat cel eteric, mi-am îndreptat perna şi am adormit. Seara am mai vomat puțin şi apoi m-am liniştit.

5 spre 6 aprilie 1993

Veneam de la Belgrad. Fusesem la ambasada Australiei să cer o viza turistica. Ştiam că nu voi obține viza, dar m-am dus la insistentele fratelui meu. Modul cum fusesem refuzată, vibrația de război, un atentat ce avusese loc în Belgrad, mi-au făcut foarte rău în plan fizic şi psihic. Eram epuizată, nu mai puteam sta pe picioare. Pur şi simplu mă târam. În tren am adormit imediat. M-au trezit vameşii şi după ce am intrat în România

am adormit din nou. La un moment dat mi-am văzut corpul stând lungit pe bancheta, aşezat pe burta. O apariţie alb strălucitoare a făcut aceleaşi pase deasupra capului meu şi a dispărut.

Dimineaţa, ajunsa în Bucureşti, am mers direct la scoală, complet restabilita.

Concluzia: Locul meu este în Romania.
Sunt ocrotita în Romania.

3-4 martie 1994

M-am visat copil. Eram tot fetiţă, aveam par blond şi ochii căprui. Împreună cu alţi copii strângeam bani mărunţi din ţărână. Când m-am trezit am realizat semnificaţia visului. Sora tatălui meu a fost internata în spital cu blocaj renal, în ziua de 4 martie. Am ştiut că va muri.

A plecat dintre noi pe 3 aprilie 1994, iar eu am fost cea desemnata să arunc banii în urma sicriului.

6 august 1994 - Paris

M-am dus la biserica catolica de care aparţineau prietenii mei şi am vorbit cu parohul şi cu un medic teolog. Le-am povestit toată istoria mea, solicitându-le sfatul şi ajutorul material pentru a ajunge la Lourdes. Mi s-a spus: „Dacă este real ce ne-aţi povestit, minunea a fost deja înfăptuită! Rugaţi-vă lui Dumnezeu, lui Iisus

Cristos şi mai ales Fecioarei Maria, pentru că fiind femeie, Ea vă ocroteşte. Veți primi cu siguranță răspuns la toate".

M-am rugat şi chiar în noaptea aceea am primit răspunsul: „Continuă să-ți urci Golgota!" Am realizat că nu am ce să caut la Lourdes (sau mi s-a spus că nu am ce să caut acolo?) Toate tentativele de a vedea acele locuri făcătoare de minuni au fost sortite eşecului. Aşa că am rămas în Paris, am vizitat şi am INVĂȚAT.

29-30 august 1994 - Paris

L-am visat pe domnul Popa. M-a luat de mana şi mi-a spus: „Orice urma de proces malign din tine a încetat!"

Martie 1995

Aceeaşi apariție luminoasă mi-a spus în vis: „Ar fi cazul să mai înveți o limbă străină!"

Am gândit: „Engleza?"

Apariția: „Ummm..."

Am spus: „Germana?"

Apariția: „Asta da!"

În vara anului 1995 am fost în Germania şi în zona europeana unde se vorbesc limbi germanice.

5-6 ianuarie 1996

Le-am visat pe R.(Grecia) şi pe V.(Suedia) şi parcă mai era încă cineva. Mi se spunea: „Nu te speria, vei cânta în orchestră!" Eu, cu ochii mei

de „vultur”, după mulți ani de nestudiu, să pot cânta într-o orchestră? Asta înseamnă ochi sănătoşi, perfect vindecați şi diferențe de instrument principal trecute. Dar Dumnezeu e mare şi El le ştie pe toate! Mă las în mana Lui şi să facă cu mine ce crede El că este mai bine pentru evolutia mea. Amin!

Eleva Diana N, în 1993:

„Doamna, am stat şi m-am gândit mult. Există într-adevăr reincarnare! Noi am petrecut multe vieți împreună, pentru că altfel ar fi imposibil să ne întelegem atît de bine şi să va iubesc atât de mult”.

Iulie 1994

Nu doream să se ştie că plec în Franța. Aşa că i-am povestit Dianei că mă duc la tanti Marioara, la Vereşti, în Moldova. Iar Diana, uitându-se cu ochii ei mari la mine, mi-a răspuns: „Doamna, dacă aveti de gând să rămâneți pe acolo, prin țările pe unde vă duceți, va rog să mă luați cu dumneavoastră. Mie nu-mi trebuie alt profesor de vioara”.

Eu: „Diana, dar mă duc în Moldova la rude”. Diana, la fel de senina, a repetat: „Va rog să mă luați cu dumneavoastră dacă aveti de gând să rămâneți pe-acolo pe unde va duceți”.

M-a umflat rasul.

Iulie 1995

Am anunțat-o pe Diana că plec în Germania. S-a crispat toata, s-a înroşit, i s-a făcut rău. Am reuşit s-o liniştesc cu greu, asigurând-o că numai mă plimb şi că mă reîntorc.

9 ianuarie1996

Eu: „Diana, îmi dai voie să plec în Grecia?”

Diana, puțin alarmata: „În plimbare?”

Eu: „Da”

Diana: „Da?”

Eu: „Da”.

Diana: „Cat timp?”

Eu: „Asa, vreo săptămână. Pe urma avem de studiat”.

Septembrie 1989

Prietena mea, Irina Cufiş, avea o sterilitate datorita unui ovar polimicrochistic. (O dereglare hormonală. Ovulul în loc să se elimine, rămânea înmagazinat în ovar.) Am adus poza. „Tăticul” a zis că se poate. Am trimis în Grecia tratamentul şi m-am rugat pentru ea la cimitirul Belu-catolic, la cele trei morminte făcătoare de minuni. După doua zile am visat-o pe Irina. Un foc a coborât asupra ei şi i-a cuprins tot corpul. Am ştiut că va reuşi, lucru pe care i l-am spus şi ei. Au circulat poze şi rețete între Bucureşti şi Atena. Rezultatul? Pe 14 noiembrie 1990 s-a născut Margarite, iar pe 16 mai 1993 Mihalis. Băiețelul a

venit fără vreun tratament special. Deci totul se autoreglase şi era în ordine.

Cap. IV – FRATI

Mergând pe firul vieții inginerului Valeriu Popa, într-o cută de timp apare şi întâlnirea cu un om a cărui viață a fost transformată pentru totdeauna în urma celor aflate de la dl. Popa.

Dar să-l ascultam chiar pe el ce ne spune în interviul acordat ziaristei Doina Gheorghiu.

„Nicu Omota este unul dintre cei mai vechi beneficiari ai competenței, dăruirii şi omeniei care îşi dau mâna în Omul Valeriu Popa, şi care a devenit în timp, prin cunoştințele în materie de terapii naturiste acumulate ca autodidact, prin căutările personale, dar mai ales prin multele ore petrecute în preajma domnului Popa, unul dintre discipolii acestuia.

D.G.- Ce a însemnat pentru Nicu Omota întâlnirea cu medicina naturistă prin reprezentantul ei, Valeriu Popa?

N.O.- Recâştigarea sănătății pierdute. Însăşi viața, din care am crezut, la un moment dat, că trebuie să mă retrag învins.

D.G.- Povestiți-ne exact ce s-a întâmplat...

N.O.- În 1974, că urmare a unei conjuncturi a vieții pe care nu am reuşit atunci să o depăşesc cu întelepciune, s-a declanşat o boală a sistemului nervos, boală care de-a lungul a peste 9 ani m-a împiedicat să mă bucur de viață. A

început astfel un lung şir de internări în clinici de specialitate, cu multiple diagnostice, tratamente medicamentoase dintre cele mai elaborate, fără să scap în tot acest timp de cumplitele senzații de scufundare, amețeală, răsturnare, palpitații. Medicii renumiți pe care i-am consultat (dr. Bazilescu, prof. Meiu, dr. Diacicov, dr. Coşa, dr. Predescu, dr. Cremene, dr. Hangan) lăsau deja să se înțeleagă că nu voi obține niciodată o stare bună de sănătate, deoarece boala, în loc să se amelioreze, cum era firesc, datorita ingerării atâtor medicamente se agrava din zi în zi. Astfel, evoluția diagnosticului a fost următoarea: sindrom asteno-vegetativ, tetanie neurogenă, sindrom anxios cenestopat, nevroză anxioasă cu elemente depresive, dezvoltare neuroasteniformă cenestopată, sindrom depresiv cu elemente anxioase, psihastenie cu elemente depresive, anxioase şi obsesivo-fobice, dependență la amital, decompensare neurastenică. Ca urmare a consumului exagerat de sedative, tranchilizante, neuroleptice, s-au adăugat şi alte neplăceri la cele existente deja. După patru ani de tratament alopat în clinicile din Bucureşti, m-am internat la clinica de psihiatrie din Tg. Mureş (prof. dr. Grecu), fiind supus unor proceduri pe care le consider inumane, mă refer la electroşocuri şi la şocurile insulinice, ajungând uneori chiar în stare de comă. În urma acestor tratamente n-am obținut nici o ameliorare a sănătății, motiv care

m-a determinat să încerc de unul singur mai multe remedii naturiste, cu slaba voință pe care o mai aveam, ştiindu-se bine că medicamentele depersonalizează, reduc voința, creează dependență. M-am străduit deci să reduc din marea doză de tranchilizante. Totul era însă în zadar, reacția organismului la lipsa de drog era atât de puternică încât apelam şi mai disperat la ele. Intrasem într-un cerc vicios din care nu mai găseam ieşire. În urma unei alte internări la spitalul Gh. Marinescu, mi s-a pus diagnosticul care înspăimântă pe oricine: psihoza discordantă.

Pierzându-mi încrederea în viață, în mine, în orice, în 1981 am două tentative de sinucidere. Mi-am dat seama de pericolul în care mă găseam şi, cu o ultimă speranță, m-am internat din nou în spital, cu diagnosticul farmaco dependență. Cura de dezintoxicare medicamentoasă la care m-am supus a fost atât de chinuitoare încât m-a adus într-o asemenea stare de slăbiciune că nu puteam sta în picioare decât sprijinit. La externare problema dezintoxicării nu fusese rezolvată, dovada şi conținutul rețetei: pyramen, torecan, clordelazin, romergan, reluând în scurt timp şi vechea medicamentație. Pentru mine nu mai există absolut nici un tren... Încercasem totul, mă agățasem cu disperare de orice medicament.

D.G.- Când ați aflat de ing. Valeriu Popa?

N.O.- În acest moment al vieții, când nu mai speram la nimic, l-am cunoscut pe domnul Popa, în aprilie 1983. În doar câteva minute de consult, fără să-mi dea răgazul să-i spun ceva despre mine, mi-a descris toate simptomele bolii de care sufeream, informându-mă în acelaşi timp despre afecțiunile unor organe, datorate consumului excesiv de medicamente, afecțiuni despre care nu ştiam nimic, ele fiind confirmate medical abia ulterior. Am aflat pentru prima dată care sunt cauzele generatoare ale suferințelor cumplite pe care le aveam. Domnul Popa m-a întrebat dacă vreau să mă vindec sau să fiu vindecat. În sfârşit, am înțeles atunci că totul depinde de mine şi am optat astfel pentru autovindecare.

D.G.- A fost dificila ruperea de nişte deprinderi adânc înrădăcinate?

N.O.- Hotărârea de a trece la un mod de viață nou, la o alimentație bazată numai pe crudități, pornea din convingerea fermă că dezintoxicarea prin aport de hrană vie este superioară uneia care, pentru acelaşi scop folosea o grupă de medicamente ca să scape de alta... Câştigul în sănătate a fost enorm, dat fiind că numai după trei săptămâni de regim de crudități, am reuşit să renunț la 80% din medicamente, revenindu-mi treptat starea de linişte şi atât de doritul somn natural. Uitasem cum arată un om normal, ce înseamnă să te poți bucura de viață. Dacă în cei

9 ani de boală eram mereu la limita celor 180 de zile de concediu medical, în pragul pensionării deci, în perioada regimului natural nu am avut nevoie de nici o zi de concediu medical!

D.G.- Sunt deja 7 ani de când urmați recomandările domnului Popa. Care este starea de sănătate a dvs. acum, când vorbim?

N.O.- Lupta cu boala a continuat tot acest timp, şi nu a fost întotdeauna uşor, dar pot spune că am obținut cu fiecare etapă mari progrese în sănătate, neaşteptate şi necunoscute de mine până acum, pe măsură ce se eliminau depozitele cu toxine din organism, cauzate de viață dezordonată şi de medicamentele luate fără măsură. Am învățat mult de la dl. Valeriu Popa. Am aflat că sănătatea nu este un dat cu care te naşti şi mori, fără nici un efort individual... Dânsul m-a luat asociat în lupta contra bolii; de fapt, nu-l lasă pe bolnav în postura de parazit, căruia să i se administreze ceva din afară, ci îi stimulează toate resursele energetice, îl determină să acorde supremație mintii, care să conducă trupul în lupta aceasta pentru a-l trage din boală, adesea din moarte...

Acum, nu numai că trăiesc, dar mă bucur de sănătate deplină, şi ca mine sunt sute de oameni, care au renunțat la spitale, găsindu-şi aici, la dl. Valeriu Popa, bucuria de a trai. Pentru tot ceea ce face pentru oameni, pentru tot ceea ce a făcut şi face pentru mine, eu, fost bolnav fără nici o

şansă de vindecare pe cale medicala, îi mulțumesc din inima şi cu aceasta ocazie!

D.G.- Ştiu ca, în decursul anilor, ați acumulat multe zile de post total.

N.O.- Da, unul din procedeele prin care lupt să-mi păstrez sănătatea este şi postul, despre care pot spune, în urma studierii lucrărilor de specialitate şi vazându-l aplicat pe mine şi pe alții, că este cel mai direct şi mai eficient mijloc prin care te poți debarasa de toxinele acumulate în organism de-a lungul anilor, cu rezultate spectaculoase. Valeriu Popa îl recomanda tuturor celor care se angajează pe calea autovindecării.

D.G.- Dl. Popa da un exemplu plastic, în acest sens, când spune că este absolut obligatoriu să te depoluezi fizic şi, implicit, psihic, înainte de a începe să consumi o hrană curată, vie, căci dacă vrei să zugrăveşti o casă, începi prin a curăța pereții de varul vechi, că să prindă noua zugrăveală...

N.O.- Omul consuma zilnic o cantitate de alimente cu scopul de a i se furniza energia necesara existentei, dar, pe lângă aceasta, alimentele consumate produc în corp o serie de elemente toxice, că rezultat al arderilor metabolice. Cantitatea şi gradul de toxicitate al acestor elemente depind de natura alimentelor, de modul de preparare a lor, cât şi de puterea organismului de a le neutraliza.

D.G.- Dacă nu ar interveni şi metabolismul fiecăruia, capacitatea particulară a fiecărui organism de a elimina aceste toxine, ar părea firească întrebarea pe care o pun unii oameni, şi anume: „de ce, acela care mănâncă la fel că mine nu are probleme cu sănătatea, în timp ce eu am?”

N.O.- Pe lângă acestea, prelucrarea termică a alimentelor aduce cu sine un înşelător confort digestiv, iar prin adăugarea unor condimente, un spor de plăceri gustative care îl fac pe individ să consume cantități cu mult peste nevoile sale reale. Efortul energetic pe care îl depune aparatul digestiv pentru prelucrarea acestor cantități este mare, conducând, spre surprinderea multora, la epuizarea fizică şi psihică a individului. Ba mai mult, organele de eliminare se afla, datorita acestei situații, în imposibilitatea de a mai face față acestui volum de muncă, rezultând de aici depunerea elementelor toxice care nu pot fi eliminate.

D.G.- Se depun, astfel, acolo unde găsesc teren...

N.O.- Da, acidul uric mult crescut în sânge se depune la încheieturile membrelor, iar calciul anorganic, deci neasimilabil, rezultat din alimentația incorectă, provoacă dezastre în organism, prin depunerile sale.

D.G.- Înțeleg de aici că acidul uric şi calciul anorganic rezultate din metabolizarea unor

elemente existente numai în hrana pervertită termic, rafinata, chimizata, se depun în organism, dând acele spondilite, spondiloze, gută, cu dureri adesea insuportabile...

N.O.- Toate acestea, împreuna cu creşterea colesterolului peste limita de toleranță, încarcă sângele cu elemente străine corpului şi implicit străine sănătății, ducând la ruperea echilibrului. În organismul depăşit că posibilități, atât de digestie cât şi de eliminare, se instalează starea de oboseală continuă, de disconfort general...

D.G.- Şi apoi boala în sine, localizată la anumite organe, manifestata deci clinic, nu?

N.O.- Da, şi ar trebui menționat un aspect ignorat adesea, dar important! Lipsa din alimentația noastră a celulozei, pe care nu o au decât legumele, cerealele şi fructele crude, duce la o formă constipativă cronică, cu efecte dezastruoase asupra sănătății omului.

D.G.- Domnul Valeriu Popa spune despre constipație că este „boala bolilor”.

N.O.- Sigur, neeliminarea la timp a toxinelor duce, prin procesul de osmoză directă şi inversă, la un cerc vicios din care organismul nu mai găseşte ieşire, căci purgativele şi laxativele nu fac decât să rezolve temporar efectul, nicidecum cauza, boala devenind cronică, creând condiții apariției şi dezvoltării în organism şi a altor boli.

D.G.- Omul nu renunță uşor la alimente rafinate că: zaharul, produsele din faina alba,

grăsimi animale, uleiuri rafinate, dulciuri concentrate, prăjeli, fierturi, deoarece gustul nostru s-a pervertit. Nu ne mai place un aliment decât dacă îl pregătim, îi mai adăugam ceva...

N.O.- Din păcate aşa este. Dacă am introduce în alimentație hrana cruda, vie deci, bogata în fibră vegetală care este ca o matură binefăcătoare pentru tubul digestiv, în săruri minerale, vitamine în stare naturală, organismul ne-ar mulțumi că i-am dat posibilitatea să se reechilibreze singur, natural, fără să mai fie nevoie să mai apelam atât de des, sau chiar niciodată, la medicamente...

D.G.- Rămâne, deci, repaosul alimentar, ca fiind soluția cea mai bună...

N.O.- Atât pentru un organism tulburat, epuizat de stres, de o alimentație nechibzuită, săracă în elemente nutritive de tip organic, dar şi pentru un organism care doreşte să se mențină în stare bună de funcționare, cel mai bun remediu este postul total. Dacă ținem seama de faptul că sângele este cel căruia îi revine sarcina să transporte elementul nutritiv şi oxigenul necesar desăvârşirii procesului metabolic până la ultima celulă din corp, atunci admitem că de calitatea sângelui depind echilibrul şi calitatea vieții. Un sânge încărcat toxic nu mai are posibilitatea de a mai face pe cărăuşul. Sângele trebuie să preia de la celulă elementul toxic rezultat în urma arderilor metabolice şi, prin

sistemele de eliminare, să scape de acesta. Dar cum să preia ceva când el este şi aşa supraîncărcat? În acest moment postul face adevărate minuni căci, indiferent de situația în care ne aflam, de sănătate relativă, de boală avansată, sau de oboseală, este de o importanță vitală eliberarea organismului de elementele toxice acumulate de-a lungul vremii.

D.G.- Multă lume crede că, mai ales atunci când eşti bolnav, trebuie să te hrăneşti copios, ca să ai resurse în lupta cu boala.

N.O.- Totalmente greşit. În timpul postului, organismul, nemaifiind obligat să facă digestia pentru care se cheltuieşte cam 80% din energia sa, îşi foloseşte întreaga capacitate energetică pentru refacere, eliminarea rezidurilor acumulate, pentru lupta cu boala. De fapt şi în natură, animalele, atunci când sunt bolnave, se izolează, nu mănâncă nimic şi se vindecă fără vreun medicament miraculos.

D.G.- Mi-ați spus, Nicu Omota, că anual acumulați aproximativ 100 de zile de post, că ați început neîncrezător, deşi logic înțelegeați beneficiile acestei practici.

N.O.- Fac acest lucru de peste 4 ani, după ce dl. Popa mi-a repetat de mai multe ori: „Trebuie să te pregăteşti pentru post, îți este mai mult decât necesar”. Am crezut atunci că niciodată nu voi putea răbda de foame. Am început timid, cu o zi pe săptămână, apoi cu grupuri de 3-5 zile, că

să trec la câte 10 zile la fiecare solstițiu şi echinocțiu sau de câte ori simt nevoia să ofer o perioadă de odihnă binemeritată organismului meu. Repaosul alimentar trebuie să fie o acțiune voluntară şi nu impusă, cu scopul de ameliorare a sănătății, să fie însoțit de o gândire pozitivă, echilibrând în final întregul organism. Un post de tip „greva foamei", cred că nu va avea niciodată o acțiune benefică asupra organismului, dimpotrivă, poate avea consecințe dezastruoase imediate şi în timp, asupra sănătății, deoarece individul care se supune postului total, fiind animat de anumite ambiții demonstrative sau revendicative, adesea de ură, produce bulversări ale sistemului sau glandular. Se ajunge astfel la un exces de adrenalină ce creează o tensiune interioară greu de suportat de un neinițiat în aceste probleme ce însoțesc postul, cu consecințe foarte neplăcute...

Un post animat de dorința de bine şi însoțit de gânduri optimiste duce la o conlucrare armonioasă a întregului sistem glandular, iar emisia de endorfina difuzată de creier în organism oferă o stare de armonie şi echilibru de care este mare nevoie în timpul postului. Există persoane care întreabă: „De ce trebuie să postim? Este o plăcere să rabzi de foame?" Nu, cu siguranță nu.

Din experiența personală şi din tot ce mi-au relatat bolnavii vindecați în urma sfaturilor date

de dl. Popa ştiu că în timpul postului toxinele din organism sunt antrenate şi eliminate. Organismul reuşeşte să-şi facă ordine în sistem folosind energia economisită prin neutralizarea digestiei. După un timp încep să se elimine prin urina deşeuri toxice care, uneori, pot fi observate şi cu ochiul liber. Mi s-a întâmplat că după câteva zile de post să elimin urină cu miros de medicamente, în condițiile în care nu mai luam nici un fel de medicamente de ani de zile. Vedeți, deci, cât de profund este procesul de eliminare în post! Acest proces se realizează pe toate căile posibile: pe nas şi pe gura, sub forma de mucus, prin limbă, (acea limba încărcată cu care ne trezim deseori dimineața şi mai ales în timpul postului). Prin limbă se elimina cele mai „subtile" elemente toxice. Dacă dați unui pui de găină să guste din lichidul pe care îl aruncați după ce faceți gargară cu ulei dimineața, acesta va cădea mort după prima ciugulire, mai ales dacă persoana respectivă este grav bolnavă. Eliminări mai au loc şi la nivelul pielii, prin pori. Din acest motiv este şi greu de suportat să stai mult timp în preajma unui om care posteşte. Spălarea corpului cu oțet de mere îndoit cu apă înlătură acest inconvenient, oțetul dizolvând constituenții care închid porii şi împiedică eliminarea toxinelor. Ce se întâmplă de fapt în timpul postului? Organismul vine în întâmpinarea alimentelor cu anumite enzime, specifice fiecărui

tip de aliment, enzime necesare digerării hranei. Dacă organismul nu-şi mai primeşte hrana obişnuită, în timp are loc procesul de fagocitoză, acesta diminuându-se treptat. Pe de altă parte, secreția de acid clorhidric din stomac scade treptat până la încetarea completă. Peristaltismul încetează şi el, astfel ca, după 2-3 zile de post, senzația de foame dispare, iar unele afecțiuni ale stomacului, şi în general ale tubului digestiv, se vindecă tocmai datorită acestui repaus alimentar.

D.G.- Pe cei care postesc i-am auzit spunând că în această perioadă le revine somnul, fără să mai apeleze la somnifere.

N.O.- Într-adevăr, somnul natural revine şi este mult îmbunătățit, apropiindu-se mult de ceea ce se cheamă somn odihnitor. Pe de altă parte, sistemele microbian, bacterian şi enzimatic existente la nivelul tractului intestinal, dispar şi ele, prin acelaşi proces de fagocitoză, fapt extraordinar de folositor viitoarei stări de sănătate, căci fostele depuneri din intestin, fixate pe un strat gros de mucus, împiedică procesul de osmoză. Se ştie, noi suntem mai murdari pe dinăuntru decât în exterior, că urmare a modului nostru de alimentație. În post şi la reluarea alimentației (corectă de această dată), mucusul intestinal, sistemul bacterian şi cel microbian se vor reface pe structura unei hrane curate, vii, sănătoase. Când reîncepem să mâncam, structura modului de gândire este alta, mai

aproape de adevăr. La nivel fizic, pielea devine mai catifelată, sângele hrăneşte corect celulele corpului, fiind capabil de a prelua şi elementele toxice care trebuiesc eliminate. Sângele curat îmbunătăţeşte echilibrul dintre fizicul şi bioenergeticul nostru, apărând calităţi intuitive noi, sau proprietăţi telepatice pe care nu le-ai avut înainte.

Postul vindecă fundamental, el are efect benefic asupra întregului organism, nu numai asupra unui anumit organ, acţionând la nivel subtil până la cauza care a dus la dezechilibrul apărut, parcurgând drumul invers al unei boli manifestate. Dacă de exemplu, o persoană a avut o infecţie al cărei proces l-a stopat cu antibiotice, la post trece prin faza acută a bolii, mai înainte ca vindecarea să se producă. Deci, în timpul postului, cu o ciclicitate de şapte (sau jumătăţi de ciclu), adică 3,7,14,21,... de zile, apar crizele de eliminare, care de multe ori sunt greu de depăşit. Dacă nu s-a înţeles mecanismul acestui proces, se pot trage concluzii greşite, interpretându-se negativ rezultatele postului. Exemplu: o fetiţă bolnavă de psoriazis începe un tratament recomandat de dl. ing. Valeriu Popa. După un timp, întregul corp i s-a acoperit de furuncule, din care ieşea un puroi urat mirositor, fără să facă totuşi febra. Speriată, mama fetiţei a dus-o la doctor, care i-a dat antibiotice, oprind astfel un

proces de eliminare firesc, benefic, într-o boală atât de gravă cum este psoriazisul.

D.G.- De ce credeți că medicina nu acordă totuşi atenția meritată acestei terapii propuse de natură - postul - deşi rezultatele ei vorbesc de la sine.

N.O.- Nu doresc să intru în conflict cu medicina, nu mă erijez în medic şi nici în vindecător. Doresc doar să împărtăşesc din experiența mea în acest domeniu acelora care au nevoie de câteva cunoştințe pentru a porni pe acest drum al vindecării prin natură, folosindu-se de legile ei.

Aş vrea să dau câteva exemple din care rezultă că medicina alopată nu se ocupă de cauza bolii, ci de efectele ei: bolnavilor cu afecțiuni cardiovasculare li se recomandă aspirina, de trei ori pe zi, pentru a împiedica formarea de cheaguri. Este adevarăt că aspirina, fiind un acid, dizolvă cheagurile şi că în perioada când se ia aspirina, acestea nu se formează. Dar, după aceea, ce se întâmpla? Luam toată viață aspirina? Dezastrele pe care le produce aceasta în organism, la un consum îndelungat, sunt de nedescris! La anumite boli, mai ales când sunt asociate cu temperatura, se recomandă antibiotice, care nu fac decât să stopeze un proces firesc de eliminare. Toate aceste procese oprite din evolutia lor, rămân latente în

organism, ieşind la iveală mai târziu, într-o formă mult mai gravă.

Şi în cazul cancerului, consider că medicina nu se ocupa de cauza bolii, ci de efectul ei. Dacă unei persoane i-au apărut noduli, chisturi, tumori, pe cale medicală i se aplică chimioterapia, cobaltoterapia, sau intervenția chirurgicală pentru extirparea acestora. S-a rezolvat cu aceasta cauza? Nu! Dacă ținem seama că dezvoltarea celulei canceroase se face haotic, nemaiputând fi controlată de sistemul central, afectat de stres şi obiceiuri alimentare nesănătoase, atunci trebuie să admitem că acest mare rău al omenirii, cancerul, este o stare biologica datorată factorilor mai sus enumerați şi nu o boală propriu-zisa. Că este aşa, o confirma sutele de cazuri rezolvate de dl. Valeriu Popa. Prin post, alimentație corectă şi alte proceduri naturale, acele chisturi şi tumori se dizolvă şi dispar sau ies la suprafața pielii, se usucă şi cad. Dispariția lor este confirmată de tomografii, unde acestea nu mai apar. Cum se întâmplă aceasta? Lumea medicală ar trebui să cerceteze riguros fenomenul, să-l explice, nu să nege evidentele. Este mare păcat că atâția bolnavi să fie mutilați prin intervenții chirurgicale şi să moară numai pentru că, aşa cum susțin unii medici, metoda d-lui Popa nu are o explicație stiințifică.

D.G.- Unii se tem de post şi abandonează. Este postul, pentru dl. Valeriu Popa, un mod de a-i selecta pe adevărații luptători?

N.O.- Valeriu Popa spune că cine poate face post este capabil să suporte pe mai departe rigorile regimurilor indicate. Dansul considera că sănătatea este un bun personal, de care eşti direct răspunzător. El nu te vindeca, este numai inițiatorul şi îndrumătorul autovindecării tale. Deci lupta îți revine. Este adevarăt că fără îndrumările sale nu poți face nimic, pentru că dansul ştie exact ce-i trebuie organismului tău la un moment dat, adaptează tot ce recomandă la specificul bioenergetic al fiecărui individ. El nu tratează boala, ci bolnavul. Am văzut de-a lungul anilor cazuri deosebit de grave vindecate sau în curs de vindecare, prezentând boli declarate incurabile din punct de vedere medical: spondilita anchilozantă, psoriazis, diferite forme de cancer, scleroza în placi, diabet, boli psihice, reumatice, ciroza, tumori la cap. Mărturiile acestor oameni sunt incredibile.

D.G.- Ce „se mănâncă” în post, domnule Nicu Omota?

N.O.- La post se bea apa distilată. Ați spus bine se „mănâncă”, pentru că apa se bea în cantități mici odată, mestecând-o că pe un aliment solid. Aş face câteva referiri cu privire la această apă distilată, mai ales că am auzit părerea unor medici despre aceasta: „Este

inuman, sinucidere curată să bei apa distilata, demineralizează, nu vine cu nici un aport de săruri, dimpotrivă, ți le ia şi pe ale tale". Da, aşa este! În viziunea medicală, cu dieta recomandată de medicină, într-adevăr, apa distilată, prin consum îndelungat, duce la sărăcirea organismului. Dar lucrurile stau cu totul altfel. Din punct de vedere chimic, apa distilată este un element nesaturat: introdusă în organism, ea absoarbe sărurile aflate în sistem până la saturație şi le antrenează spre ieşire, acesta fiind şi scopul postului. Neignorând faptul că se elimină şi elemente bune, organismul se debarasează în primul rând de otrăvurile depozitate în interior, pe care medicina clasică, prin mijloacele ei, nu reuşeşte să le elimine. Şi apoi, acela care face post cu apa distilată, la revenirea din post consumă alimente care aduc un aport substanțial de vitamine şi săruri minerale de tip organic, asimilabile deci, în acest fel remineralizarea având loc rapid şi cu mare eficiență. În sistemul medical alopat, cu dieta specifică acestuia, nu se poate realiza o mineralizare eficientă după un consum îndelungat numai de apa distilată. Apa distilată se consumă numai în post şi la ieşirea din post! Dar postul, oricât ar fi de bun , nu se poate face oricum şi în orice condiții. Dacă nu ai un îndrumător sau cunoştințe minime, nu poți porni la un post mai îndelungat, căci pot apare situații

care interpretate greşit pot duce la decizii pripite, la concluzii eronate, iar o abandonare brutală, sau o revenire neadecvată poate conduce la dezechilibre mari. Postul este benefic pentru toți cei care îl fac în mod corect, şi nu trebuie să uitam că fiecare organism este o entitate complet distinctă şi că reacțiile sale de răspuns diferă de la individ la individ! Despre post, ca şi despre yoga, nu poate vorbi decât cel care practică acest lucru. Teoria unui neiniţiat nu este valabilă. Domnul Popa recomanda postul pentru că el însuşi îl practica. De altfel, dânsul aplica mai întâi pe el însuşi tot ce recomanda bolnavilor. Metoda de dezintoxicare cu apa distilată şi clisme făcute în această perioadă, precum şi revenirea din post, folosind o dietă bine gândita, adaptată la individ, care să îi aducă vitaminele şi mineralele necesare organismului, aparțin în totalitate d-lui Valeriu Popa.

Ieşirea din post este mai dificilă decât postul însuşi. În timpul dezintoxicării are loc procesul de fagocitoză, mişcarea peristaltică încetează, sistemele bacterian, enzimatic, microbian, tind să dispară, pereții intestinali devin lipsiți de mucusul protector, iar tubul digestiv se „subțiază”. De aceea, revenirea din post se face cu alimente de protecție şi în cantități mici, capabile să formeze încet-încet, flora intestinală, enzimele necesare viitoarelor functii digestive.

Revenirea durează în general cam 70% din perioadă postului.

D.G.- Ați amintit şi de alte mijloace ajutătoare...

N.O.- Postul fără clisme este un mijloc de autointoxicare. În acest timp au loc eliminări masive de elemente toxice care prin procesul de osmoză inversă, că urmare a încetării peristaltismului intestinal şi a lipsei alimentelor ce fac tranzitul, rămân în intestin şi fiind neeliminate, reintră în circuitul sanguin, formând un adevarăt cerc vicios. Nu este reală afirmația unora, potrivit căreia clisma ar crea obişnuință, dependentă. Pe timp limitat, sunt necesare două clisme pe zi, ulterior, pe măsură ce se reia alimentația, se renunță la clismă.

Despre post se poate vorbi mult mai mult, dar aş încheia aceste considerații cu afirmația doctorului Nicolaev, care mi se pare revelatoare pentru a înțelege cât de profund lucrează postul: „Acolo unde postul nu vindecă, nimic nu vindecă".

* * *

Într-una din serile de iarna ale lui decembrie 1995, fiind acasă, mă gândeam la un prieten pe care nu-l mai văzusem cam de mult. De vreo câteva zile îmi tot venea în minte. Aşa s-a făcut că am ridicat telefonul şi l-am căutat.

A răspuns băiatul lui şi după câteva cuvinte schimbate împreuna, mi l-a dat pe tatăl său. Din vorba în vorba am ajuns să-i povestesc despre cartea pe care o scriu şi i-am propus să participe şi el cu o părticică din viață lui la realizarea ei. A acceptat propunerea cu plăcere, iar după câteva săptămâni, întâlnindu-mă cu Gelu, prietenul meu, mi-a înmânat următoarele pagini scrise la care eu nu mai adaug nimic, doar le redau în continuare.

„Simt uneori că rugăciunea porneşte din adâncul sufletului, că haina uşoară a trupului, în care sufletul este îmbrăcat, îl lasă să vibreze după aspirațiile lui.

Atunci trupul şi sufletul trăiesc într-o simbioză perfectă, mă simt că o mare liniştită, cu apa ca o oglindă.

Alteori simt că spun rugăciunea că pe o poezie, că sufletul este încătuşat în haina grea a trupului, simt cum gândurile dau navală şi-l îndepărtează de la dorințele lui, de înălțare. În acele momente simt trupul ori prea obosit, ori ocupat mai mult de „treburile” lui decât de „grija” de a-i oferi sufletului o haină mai uşoară.

În cei cinci ani de regim naturist am observat cum haina aceasta a trupului se schimbă, se modifică de la o etapă la alta a vieții noastre, în funcție de preocupările şi modul nostru de viață.

Până la 14 ani mi-am petrecut copilăria într-o familie de țărani, buni gospodari, care aveau pe

lângă casa tot ce trebuia pentru a nu duce grija zilei de mâine. Părinții şi bunicii mă învățau că în viață, omul trebuie să fie bun, blând, drept, cinstit şi cu credinta în Dumnezeu, pentru a-şi păstra sănătatea şi a răzbate prin viață.

În toată această perioadă m-am bucurat de o sănătate bună şi de o condiție fizică remarcabilă. Hrana era constituită în cea mai mare parte din produse lactate, ouă, fructe şi legume în stare crudă sau din mâncare gătită la foc, dar tot din aceste produse. Deşi creşteau în jurul casei multe animale şi păsări, carnea era folosită la prepararea mâncării numai în zilele de sărbătoare. La creşterea cerealelor, legumelor şi fructelor foloseau numai îngrăşăminte naturale. Mâncarea gătită la foc era pregătită şi servită pentru o singură masă. Exista în popor aceasta convingere, că mâncarea rămasă de la o masă la alta se alterează şi atunci era dată animalelor din ogradă.

În perioada aceea oamenii satului mureau de „bătrânețe", la vârsta de 80-90 de ani. Miercurea şi vinerea țineau post, nu mâncau carne şi nici produse lactate şi ouă, sau țineau post negru, deci fără a mânca sau bea ceva pe parcursul acestor zile. Tot ceea ce gândea şi înfăptuia omul de dimineața şi până seara, era sub semnul rugăciunii şi al credinței în Dumnezeu.

Toate acestea la un loc, hrana naturală, gândul bun, rugăciunea şi credinta în

Dumnezeu, îl făceau pe om sănătos şi puternic. El se simțea ancorat cu fire puternice în Univers. Omul îşi îmbrăca sufletul într-o „haina" frumoasă, de la venirea la viață şi până la bătrânețe, la moarte, la trecerea la o alta viață.

De multe ori bunica din partea mamei ne spunea cu seninătate, în anii din urma ai vieții ei, că ştie unde merge, că nu-i este frica de moarte şi că se roagă lui Dumnezeu să moară într-o duminică şi să fie îngropată într-o miercuri. Şi toate aşa s-au petrecut.

Într-un vis, bunicii îmi spuneau să am grija cum trăiesc, să mă comport în aşa fel cu cei de lângă mine, astfel încât, la plecarea din viață aceasta, sus, să nu rămân „dator" față de ei, pentru că numai aşa pot deveni liber. Caci fiecare dintre noi venim la viață într-un anumit loc, într-o anumita conjunctură astrală, prin anumiți părinți, atunci când a sosit momentul, când hotărăşte Dumnezeu.

Am venit la viață într-un sat de lângă Bucureşti, în anul 1951, luna septembrie, ziua 19, într-o familie de țărani. Oamenii din popor, credințele şi basmele populare spun că atunci când vii la viață, eşti asistat de trei ursitoare, care-ți ursesc viața. Deci, cu alte cuvinte, ei spun că venirea noastră la viață nu este întâmplătoare, că totul se desfaşoară după un anumit „program" pe care trebuie să ne străduim să-l ducem la bun sfârşit şi la care veghează şi cele trei ursitoare,

cei trei îngeri păzitori ai nostri. Acest program reprezintă legătura noastră puternică cu Divinitatea, cu aştrii, cu părinții prin care ne-am născut şi cu locul în care am venit la viață pe acest Pământ.

Creatorul a pus în noi scânteia divină, aştrii şi-au pus amprenta în clipa naşterii noastre, de la părinți am moştenit bagajul ereditar, iar locul de pe Pământ în care am venit ne hrăneşte cu roadele lui. Rezulta că în acest program îmi este permis să fac, în principiu, numai ceea ce duce la îndeplinirea lui.

Fiecare dintre noi am observat că după o masa copioasa urmeaza o senzație neplăcută, după o noapte nedormită, o slăbiciune a trupului, după o bucurie exagerată, o întristare, după un gând bun, o stare de bine, de uşurare sufletească, că după un gând rău apare o stare de enervare sau un necaz. Viața este aşa cum ne-o facem.

Acum câtva timp, la noi în sat a fost omorât un om care păzea un camp. Momentan nu s-a aflat făptaşul. Dar peste câțiva ani, oamenii au început să vorbească că sunt bănuiți de omor trei cetățeni din sat. Cei trei erau oameni tineri şi puternici. Ei s-au îmbolnăvit rând pe rând şi au murit în chinuri grele, lăsând în urma lor copii necăjiți şi soții îndurerate.

Fiind înzestrat cu scânteia divina, „omul este făcut după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu”.

Prin programul vieții sale, el „ştie” ce trebuie să facă pentru a trai în armonie cu tot ceea ce-l înconjoară. „Simte” că orice greşeală, oricât de mică, îi aduce mari neplăceri, unele cu urmari chiar fatale. Dar dorința lui de a trai o viață modernă, lupta pentru bani, lucruri şi avere îl îndepărtează încet-încet de pe „traiectoria” inițială, de la programul lui. Dintr-un om bun, blând, omenos şi răbdător, se transformă într-un orgolios, arțăgos, invidios şi pus pe îmbogățire. Toată această zbatere, ca peştele pe uscat, îl aduce într-o stare de nerecunoscut. Omul ajunge să fie zdruncinat din temelie precum o casă demolată de cutremur. Deabia atunci începe să se trezească şi cere ajutorul lui Dumnezeu. Se trezeşte abia în al doisprezecelea ceas, atunci când este vlăguit de putere, când vede că toată alergătura lui nu i-a adus decât boală şi necazuri. Derulează întregul film al vieții şi aruncă la coş tot ce i-a zdruncinat sănătatea şi i-a înnegrit sufletul. În adâncul său apare părerea de rău, apoi căința pentru tot râul pe care l-a făcut sieşi şi celor de lângă el. El şi-a stricat nu numai haina sufletului, trupul, dar însuşi sufletul lui suferă imens şi este pe cale să plece. Îşi adună ultimile puteri şi se agață cu hotărâre de mana lui Dumnezeu, mână pe care până atunci nu o mai simțise de o lungă perioadă de timp.

Aşa s-au petrecut lucrurile cu mine, care după absolvirea cursurilor şcolii generale de 8 ani, a trebuit să vin în Bucureşti pentru continuarea studiilor. „Haina” sufletului meu s-a degradat în aşa măsură încât la 39 de ani, în preajma sărbătorilor de iarna din anul 1990, când oamenii se pregăteau de revelion, eu mă pregăteam să încep o nouă viață, sau mai bine zis, să-mi reiau filmul vieții de la vârsta de 14 ani.

Şi cum nimic nu este întâmplător, în acea vreme, perioadă anilor 80', poetul Adrian Păunescu prezintă în paginile revistei Flacăra tratamentul naturist al omului ing. Valeriu Popa. Învățam fiecare articol ce se referea la boală şi tratamente ca pe o poezie, dar continuam să iau medicamente. Starea generală a sănătății mele se înrăutățise atât de mult încât nu mai puteam bea nici măcar apă. Mă hrăneam numai cu medicamente: pentru stomac, inima, tiroida, stări depresive şi psoriazis. Într-o singură lună, decembrie 1990, am slăbit 12 kg. Îmi aşteptam sfârşitul.

În paralel cu lectura articolelor din revista Flacăra, încă din anul 1988, participam la toate conferințele pe teme de sănătate şi viață ținute de ing. Valeriu Popa la Teatrul de Vară 23 August.

În toamna anului 1988, într-una din zilele când dl. Valeriu Popa ieşise la cumpărături, l-am oprit şi l-am rugat să mă „vadă”. Mi-a spus că am

aciditate mare şi psoriazis. Dar tot nu am făcut nimic pentru sănătatea mea. Deşi aveam dureri îngrozitoare de stomac şi o stare generală proastă, încă nu mă puteam desprinde de lumea patimilor. A trebuit să mai treacă încă un an de chin şi suferință. În ultima săptămână a lunii decembrie 1990 nu am mai putut mânca nimic, nici apă nu mai puteam bea, trupul şi sufletul nu mai cereau nimic. Atunci mi-am dat seama că nu mai pot rezista mai mult de 2-3 săptămâni şi dacă nu încerc ceva voi muri.

Ce trebuia să încerc îmi era clar de multă vreme, astfel că în ultima sâmbătă a lunii decembrie 1990, chiar înainte de revelionul 1991, am pornit în căutarea d-lui Valeriu Popa. Când colegii se pregăteau pentru Anul Nou, eu am plecat spre casa lui nenea Popa, cu gândul şi dorința de a-l găsi acasă şi de a-mi spune că nu-i totul pierdut, că mai am o şansă de a mă salva de la moarte. L-am găsit, mi-a confirmat ceea ce-mi spusese cu un an înainte, aciditate mare şi psoriazis şi am plecat bucuros că pot începe regimul. L-am început chiar în noaptea de revelion, 1991. Două săptămâni de zile am făcut eforturi mari să pot mânca câte ceva din alimentele prescrise în regim. Cu toate acestea, în fiecare zi observam cum durerile slăbesc în intensitate, şi starea generală de sănătate se îmbunătățeşte.

După primul regim alimentar de 45 de zile trupul meu începea să se înnoiască şi odată cu el sufletul tresălta de bucurie: ieşisem din groapă. După un an de tratament naturist în care regimurile se schimbau la 45 de zile, pentru reechilibrarea tuturor organelor, deja m-am simțit în „haine noi”, în toată aceasta perioadă slăbind în continuare până la 53 kg. Greutatea de la care am început regimul a fost de 70 kg., la o înălțime de 1,85 m. Apoi, în următorii 4 ani, cu aceleaşi regimuri alimentare, am început să iau în greutate, în medie cam 4 kg. pe an, astfel ca, după 5 ani de regim naturist am ajuns din nou la 70 kg., dar simt că trupul meu este confecționat din cu totul alte materiale. Aş putea spune că îşi modifica „croiala şi materialul” cu fiecare zi ce trece, iar sufletul meu care o îmbrăca, trece în fiecare zi prin noi şi încă nedesluşite stări. Dar ceea ce m-a făcut să simt şi mai aproape prezența lui Dumnezeu şi să mă prind cu putere de mâna Lui nevăzută a fost momentul îmbolnăvirii şi vindecării surorii mele.

În urma unor îndelungate neînțelegeri cu soțul ei, sora mea s-a îmbolnăvit grav. Chiar şi după internarea în spital, după investigații şi tratament, starea sănătății ei s-a degradat într-un ritm alarmant. Îngrijorat, după externarea din spital, i-am sugerat că ar fi bine să o vadă şi dl. ing. Valeriu Popa, că ar putea încerca un regim naturist. A început tratamentul naturist, cu

postul de 21 de zile de apa distilată, după care a urmat regimul pentru boli grave I sau mai scurt BG1. Acest tratament era destinat pentru tratarea unor boli de mare gravitate, fiind o concepție originală a lui Valeriu Popa, de asociere a unor factori diverşi ai terapiilor naturiste.

Pentru a o feri de alte neînțelegeri şi în acelaşi timp pentru a-i da o mână de ajutor, am rugat-o să locuiască la mine. A parcurs cu bine atât postul de 21 de zile, cât şi regimul BG1 ținut timp de 45 de zile. Dar, într-una din zile, la sfârşitul regimului, mi-a spus că ar vrea să meargă la ea acasă, să-şi continue tratamentul. După aproximativ 2 săptămâni, după alte discuții şi neînțelegeri cu soțul ei, are loc o cădere bruscă şi totală a surorii mele în deznădejde şi spaimă. Îşi aduna ultimile puteri şi pleacă la țară. După alte 2-3 zile îşi pierde şi aceste puteri, îşi pierde luciditatea, nu mai poate mânca nimic şi nu se mai poate deplasa decât ajutată.

O aduc din nou la mine, dar pe zi ce trece, nu mai poate comunica, devine incoerentă, nu se mai poate deplasa, nu mai poate manca nimic şi rămâne imobilizata la pat. În perioadă aceasta slăbeşte de la 60 kg. la 42 kg., la o înălțime de 1,72 m.; nu putea să bea nici măcar apă, nu putea să mănânce nimic. Singura „hrană” în aproape 30 de zile a fost clisma.

În momentele acelea, când rudele, vecinii şi „prietenii” veneau în vizită pentru a-şi lua „rămas

bun” şi când toți mă acuzau că sunt singurul vinovat de starea în care a ajuns, am simțit că nu sunt singur, că Cineva, nevăzut, îmi dă putere şi curaj să lupt, atât cu boala surorii mele, pentru că ea nu mai putea lupta, cât şi cu cei care erau împotriva mea şi a regimului naturist al lui Valeriu Popa. Din acest moment am început să observ şi să simt că, deşi nu mancă nimic şi continuă să scadă în greutate, totuşi, prindea puteri. Am început să observ că apar anumite momente de luciditate şi că ele îşi măresc durata de la o zi la alta. Apoi, după un timp, a început să se ridice singură, mai întâi pe pernă, apoi pe marginea patului, după care a început să meargă sprijinindu-se de mobilier.

Acest proces de revenire la viață a fost aşa de lent, şi totuşi atât de vizibil pentru mine, încât celor cărora le răspundeam că se simte mai bine, îmi spuneau răspicat că ori sunt nebun, ori nu vreau să recunosc că o să mă fac vinovat de moartea ei. Dar astăzi, după aproape 5 ani de regim naturist, sora mea se simte bine şi încearcă să înțeleagă, să ia viață aşa cum este ea, să privească cu seninătate derularea vieții, cu tot ce îi oferă, bun sau rău. Astăzi, mulți din cei care erau împotriva regimului naturist al lui Valeriu Popa şi îmi spuneau că am s-o am pe conştiintă pe sora mea, urmeaza ei înşişi acest regim, pentru că între timp şi ei „au căzut în prăpastie”

şi au găsit alinarea suferinţelor în acest regim. Astăzi, ei vin cu lacrimi în ochi şi-i mulţumesc.

Cei trei îngeri păzitori pe care Dumnezeu ni i-a hărăzit, care veghează la îndeplinirea programului nostru, ne învaţă, ne îndrumă şi ne avertizează în permanenţă ce trebuie să facem pentru îndeplinirea programului nostru, dar uneori suntem orbi şi surzi. Nenea Popa le spune celor care îl caută cu sufletul la gura: „prinde trenul cel care crede; acesta ajunge să facă mai mult decât îi spun eu, iar cel care se face că face îşi va întrerupe firul vieţii sau va trai în mari suferinţe".

În faţă tendinţelor păcătoase ale firii noastre care ne atrag spre plăcere şi ne împing spre durere, stă străduinţa noastră continuă de a merge pe o linie de reţinere şi de înfrânare, vreme îndelungată. Scopul tuturor eforturilor noastre la care participă nemijlocit puterea lui Dumnezeu, este acela de a deveni mai buni.

Uneori, diagnosticul pe care îl pune nenea Valeriu Popa, suna clar: „Fizic, eşti mort, dar energetic mai ai resurse, agaţăte de ele şi,... la treaba!" Omul prinde curaj şi dacă este ajutat şi înţeles de cei din jur, atunci învinge boala. În momentul acela simte că şansa de vindecare depinde numai de el şi de credinta lui în Dumnezeu. Până atunci încercase toate căile de vindecare, dar nu obţinuse nici un rezultat. Ajuns pe marginea prăpăstiei, începe să înţeleagă

că boala este efectul greşelilor săvârşite în trecut, că adevărata cauza a îmbolnăvirii se afla în el.

Mulți aud pentru prima oara că omul este nu numai parte fizică, materială, ci şi parte energetică, că boala se instalează în câmpul energetic al omului cu mult înainte de a se manifesta în planul fizic. Cei mai „sensibili" percep câmpul energetic al palmei mâinii d-lui Valeriu Popa prin furnicături, înțepături, sau printr-o senzație de rece, cald. Fiecare dintre noi trebuie să veghem cu maxima atenție la felul cum ne pregătim filmul cuprinzând desfăşurarea vieții noastre pe care îl vom prezenta în față ierarhiei divine. Acest film este înscris în câmpul nostru energetic, în subconştientul nostru şi cuprinde totalitatea evenimentelor, gândurilor şi stărilor noastre fizice, psihice şi spirituale, atât din viață aceasta cât şi din cele anterioare.

O mică parte din semenii nostri ajung, cu ajutorul lui Dumnezeu şi printr-o îndelungată strădanie, că aici, în viața aceasta pământeană, să aibă acces la acest film. Ajutați de Dumnezeu, ei vin în sprijinul nostru, arătându-ne cărarea pe care am pierdut-o şi pe care trebuie din nou să mergem. Unii o găsesc şi apucă să meargă pe ea, alții nici măcar nu o zăresc. Dumnezeu a adus aceşti oameni pe Pământ pentru a ne îndruma pe noi, cei dezorientați, rătăciți şi deznădăjduiți.

Raportați la Univers, deşi suntem o scamă, un fir de praf, Dumnezeu a pus în noi scânteia

divină şi prin ea capacitatea de-a asculta Glasul Lui şi posibilitatea de a-i răspunde prin fapte de iubire”.

Cap. V - INEPUIZABILA FORȚĂ A VIEȚII

Preda Constantin (com. Pârşcoveni - Olt), 24 ani, scleroză în plăci (leuconevraxita), pensionat medical în 1989.

Internările au început din 1987, când boala s-a declanşat, cu dureri mai sus de ficat, nevoia de a urina foarte des, membrele inferioare amorțite. Tratamentul: prednison, vitamine, perfuzii şi hormoni. După un timp au apărut dureri pe coloana vertebrală, se închideau căile respiratorii (palpitații, sufocări). Stările rele se accentuau la zgomot mare, la înrăutățirea timpului. Ce s-a întâmplat mai departe ne povesteşte chiar tânărul în cauză:

„Din noiembrie 1989 mi-am dat seama că doctorii nu mă mai puteau ajuta. Pe la începutul lui 1990 l-am văzut pe dl. Valeriu Popa la televizor, dând sfaturi pentru diferite boli, printre care şi a mea. Imediat am trimis prin tatăl meu certificatul medical cerut, din care să rezulte afecțiunea de care sufăr şi că se recomanda regim naturist metoda Valeriu Popa şi fotografia, pentru că eu eram netransportabil. Fără să mă vadă, i-a spus tatei diagnosticul exact şi mi-a prescris un regim naturist de 45 de zile (grâu încolțit, orez, nuci, stafide, mere, polen, nectar, lapte crud de capră), cu două clisme pe zi. Era

ultima mea şansă. După o săptămână de tratament am simțit dureri foarte mari pe coloană, cu insomnii. Treptat, durerile s-au ameliorat. Pe toată perioadă regimului am muncit la grajdul de vaci. Mi se sugerase să fac mişcare continuă, chiar şi în timpul crizelor. Am avut multă voință să birui teama de dureri, deşi erau foarte mari, şi mişcarea m-a ajutat. Acum, regimul mi se modifica la 45 de zile, acasă muncesc mult în gospodărie, mă simt foarte bine şi aştept să încep serviciul. Nu se poate compara cu tratamentul din spitale.

În noiembrie 1991, dl. Popa l-a pus să fuga. A fugit destul de bine. I-a recomandat regimurile alimentare şi 17 minute pe zi alergare obligatorie, cu gura închisa, pentru a evita depunerile în placi.

* * *

Doamna A., în vârstă de 57 de ani, avusese cancer mamar, iar după trei ani de tratament, mărturisea:

„Când am venit pentru prima dată, primăvara, dl. Popa mi-a spus că se va declanşa cancerul la sân. Eu nu aveam nimic. De abia toamna s-a pornit. Mi s-a dat regimul BG1 timp de 45 de zile, cu spălaturi vaginale şi clisme. Imediat au început crizele de eliminare, regulat la 7 zile; se curățau rinichii, ficatul, totul. Ziceam că

mor. Cădeam, zăceam şi mă ridicam. Am slăbit 22 de kg. în 45 de zile şi simțeam că plutesc. Nu mai oboseam, aveam o forță foarte mare. Înainte aveam sânul inflamat şi nişte dureri atât de mari că nu puteam duce nimic în mână, în prezent pot căra şi mai mult de 10 kg. fără prea mari dificultăți. Pot merge pe jos oricât, fără oboseală, pot munci de dimineață până seara. Regimul asta e sănătate. Acum am adus-o şi pe fiica mea, pentru nişte ganglioni inflamați. I-a prescris 21 de zile de repaus alimentar, numai cu apă distilată. O să îl țină".

* * *

Georgescu Ion, în vârstă de 26 de ani, având diagnosticul de crize comițiale (epilepsie), după ce a umblat pe la doctori ani de zile şi a făcut tot felul de tratamente cu medicamente românesti şi străine, extrem de puternice, ajungând să facă crize săptămânale, cu pierderea totală a cunoştinței, ajunsese să nu mai poată merge nicăieri neînsoțit. Iată ce ne povesteşte despre felul cum a ajuns la dl. Popa:

„În anul 1984 am citit în revista Flacăra despre dansul. Încercasem tot ce se putea, fusesem peste tot, la medici, la preoți, la vindecători, fără rezultat. Am vrut să mai fac o încercare. Cu o simpla strângere de mana, dl. Popa mi-a spus toate bolile de care am suferit şi

ce mă poate aştepta în continuare. Am fost tare impresionat, tata a început să plângă. Mi s-a spus că dacă am voință şi încredere în mine, în cinci ani mă vindec. M-a fascinat persoana lui, mi-a dat forța numai prin atingerea mâinii.

Cu toate acestea, am continuat tratamentul medicamentos fără rezultat până în 1986, când părinții au fost de acord să încep regimul, deoarece situația mea era foarte gravă şi crizele se îndesiseră.

Deci, din ianuarie 1986 am început un tratament de 42 de zile cu sucuri de fructe, grâu încolțit, mere, miere, crudități. Renunțarea la medicamente am făcut-o eşalonat. Cu toate că slăbeam fizic, energia şi forța îmi creşteau uimitor. Trecusem brusc de la o stare de somnolență la una de vioiciune. Importanta a fost şi recomandarea de a face multă mişcare în aer liber - plimbare, alergare, mers cu un anumit stil de respirație - dar fără efort în exces. Tot din tratament făcea parte masajul pe care mi-l aplicam singur în anumite zone: încheieturile degetelor, la mâini, la gat. Timp de un an am urmat foarte strict un regim de ceaiuri medicinale. Am renunțat complet la carne, sare, condimente, băuturi alcoolice. După miracolul celor 42 de zile în care am supraviețuit cu sucuri şi grâu, eram alt om, până şi culoarea ochilor mi se schimbase, îmi dispăruse somnolența, aveam foarte multă energie, mă simțeam din ce în ce

mai bine. Renăşteam, mă împrospătam ca o floare. Făceam experienţe pe mine însumi şi notam fiecare amănunt.

Văzând ce se întâmplă cu mine, părinţii au început şi ei să consume ceaiurile şi din regimurile mele. După cele 42 de zile am continuat cu foarte multe ceaiuri (peste 80 de feluri), mi s-a permis puţină pâine, mâncare de legume, dar mai ales cruditãţi. Mâncam multe fructe pe zi, sucuri, seminţe crude de dovleac, floarea soarelui, nuci. Mi se interziseseră complet brânzeturile şi pentru că am consumat odată lapte acru am avut o uşoară criza. Dl. Popa m-a întrebat imediat dacă nu cumva am mâncat brânză: laptele acru mi se brânzise în stomac.

De atunci, din 1986, gimnastică, ceaiurile zilnice, regimul alimentar sunt lege pentru mine. Boala a dispărut. Sunt foarte stăpân pe mine. Lucrez în aviaţie, la control final aeronautica, de 5 ani. Crizele de epilepsie sunt o amintire neplăcută a trecutului. Singurul regret este că nu am auzit mai repede de dl. Popa. Aş fi câştigat câţiva ani de viaţă".

* * *

Doamna Ion Edeltraut, 38 de ani, Bucureşti.

„Aveam probleme genitale, o rană uterină cauterizată, noduli la sâni, dureri de cap îngrozitoare, de îmi venea să mă arunc de la

balcon. Chemam Salvarea şi noaptea, parcă îmi țârâiau greieri în cap. Dar cel mai tare sufeream din cauza hemoroizilor dureroşi, care îmi provocau sângerări abundente. În urma investigațiilor ginecologice (analiza Papanicolau), medicul mi-a spus ca, după părerea lui, nu este cancer, dar ceva este şi ar trebui să mă internez pentru un control riguros. Nu am vrut să mă internez şi am mers la dl. Popa Valeriu. Mi-a spus: „Ştiu că ai venit pentru hemoroizi, că asta te deranjează cel mai tare, dar ei sunt doar efectul. Cauza este cancerul uterin. Ai venit la timp, pot să te ajut". Când am auzit că am cancer mi s-a făcut rău, am leşinat şi am căzut. Îl auzeam ca prin vis spunând celor din jur: „Este o reacție normală. O să-şi revină şi să vedeți că se pune pe treabă". Când am aflat că tratamentul normal durează 7 ani (7ani-ciclu complet de regenerare a celulelor corpului), mi s-a părut foarte mult. Dar dl. Popa m-a întrebat: „Ai motiv să trăieşti?" Am răspuns că am o fetiță pe care vreau să o cresc frumos.

Acum, după 2 ani de regim mă simt perfect şi refuz să cred că am fost sau că voi mai putea fi vreodată bolnavă. Inițial am început cu un regim care a durat 45 de zile, format din grâu încolțit, miere naturală, mere şi nuci, apă distilată de băut, concomitent cu clisme şi spălaturi vaginale. Aveam 80 de kg. şi am slăbit la 49 kg., dar aveam o putere de muncă şi o energie fantastică. După o

lună, durerile de cap şi sângerările au dispărut. La 45 de zile veneam la control şi mi se schimba regimul (regimuri alimentare naturiste pentru deficienţe sanguine, boli hepatice, aciditate). În tot acest timp nu am întrerupt nici o zi serviciul.

După un an au început crizele de eliminare sau de însănătoşire despre care fusesem avertizată. Am avut nişte eliminări fantastice: vomă, urină de culoarea păcurei, fecale foarte urât mirositoare şi 10 zile de febră 40-41 ºC, când au ieşit toate toxinele şi relele din corp. Nu am luat nici un medicament, singurul remediu împotriva febrei fiind băile Kuhne (bai reci de şezut).

De atunci starea sănătăţii mele s-a îmbunătăţit vizibil, am pus la loc 10 kg., nu mă mai doare nimic, hemoroizii parcă nu i-am avut niciodată, nodulii de la sân au dispărut, la medic nu mă mai duc, am o viaţă perfect normală, muncesc, am serviciu, familie, îmi cresc fetiţa. Păstrez cu strictețe regimul care se schimbă la fiecare 45 de zile".

*** * ***

„....celor care după ce o viaţă întreagă s-au năpustit orbeşte cu capul înainte în tot ce-i tare şi solid şi caută acum izbăvirea din suferinţă provocată de propria ignoranţă.

Mă numesc Ionescu Raul Dan, locuiesc în Focşani, strada Dimitrie Cantemir nr. 21, bl. A, ap. 25, am 32 de ani, sunt administrator şi mulțumită d-lui ing. Valeriu Popa am ieşit din groapa unde se zbat fără speranță acei bolnavi cu diagnosticul „psihoza discordanta”.

Totul a început pe la sfârşitul primăverii anului 1981, când aveam 17 ani împliniți şi eram în clasa a X-a, înaintea examenului pentru treapta a II-a de liceu.

Starea de boală s-a instalat pe nesimțite, primele simptome fiind scăderea progresivă a randamentului şcolar, dificultăți de concentrare a atenției, stări tot mai accentuate de nelinişte, de depresie şi de neîncredere în forțele proprii, pierderea poftei de viață, oboseala fizică şi mai ales psihică, nervozitate. Toate aceste necazuri veneau după ce în timpul anului şcolar am dus o viață dezordonată, cu eforturi şcolare susținute, odihnă insuficientă şi mese neregulate, când mâncam pe fugă - îmi aduc bine aminte - în special produse de patiserie şi carne sau preparate din carne şi foarte puține mâncăruri cu legume. Ba mai mult chiar, pe măsură ce boala se instala am apelat la cafea şi țigări că stimulente pentru menținerea capacității mele de efort mental.

Am crezut că oboseala este trecătoare, dar nici vacanța care a urmat examenului nu m-a restabilit câtuşi de puțin, dimpotrivă, îmi mergea

din ce în ce mai rău, iar când în noul an şcolar capacitatea mea de efort intelectual ajunsese foarte aproape de zero şi eu nu mai aveam răbdare, prada unui bizar disconfort psihic, nici măcar să asist pasiv la ore, m-am dus la psihiatrie, la policlinica din Focşani.

Aici, dr. Pricop Elena mi-a pus diagnosticul „depresie endogena" şi am făcut un tratament medicamentos ambulatoriu cu amitriptilin, rudotel, clordelazin, herbonal, ..., lugogen, distonocalm, etc. - fără rezultat.

Neîntrerupt a fost şirul suferinţelor mele din momentul începerii acestui tratament medicamentos şi până în primăvara anului 1984, când l-am întâlnit pe dl. ing. Valeriu Popa. Vreme de 3 ani, în paralel cu toate tratamentele şi internările care s-au succedat în acest răstimp, starea mea de sănătate mergea din ce în ce mai rău, ajungând la un moment dat în felul acesta: personalitate frustrată, incapacitate de a discerne, chiar şi atunci când era vorba de probleme de viaţă banale, incapacitate de a-mi organiza şi controla gândirea, dizarmonie cu tot ce mă înconjura, mintea mi-o simţeam pustie, apatie, absenţa oricărei voinţe, o continuă anxietate, mergând frecvent până la stări de panică, stări depresive atât de puternice că uneori nu mă ridicam din pat cu săptămânile, nelinişte permanentă, neputinţa de a mă bucura de viaţă, incapacitate aproape totală de muncă,

îndeosebi intelectuală, ba chiar şi în ceea ce priveşte cele mai mărunte activități, izolare de societate, complexe de inferioritate, agitație lăuntrică şi simptome extrapiramidale de încordare musculară şi tremurături, insomnii, obsesii, dependență de medicamente.

Vreme de 3 ani am urmat toate prescripțiile medicale indicate, am fost internat în repetate rânduri la Focşani, Bucureşti, la spitalul Gh. Marinescu, la prof. Predescu, dr. Corneliu Constantinescu. Diagnostic: „psihoza discordantă". La Tg. Mureş, prof. Grecu Gheorghe mi-a pus diagnosticul P.M.D., iar internările nu mi-au adus nici un câştig în planul sănătății, în ciuda faptului că am utilizat masiv o gamă foarte largă de medicamente, unele dintre ele procurate cu mari eforturi, nefiind trecute în nomenclatorul farmaceutic al țării noastre. Am fost supus terapiei cu şocuri electrice la Bucureşti şi Tg. Mureş şi la come insulinice la Tg. Mureş.

Fisele medicale de la aceste spitale stau mărturie în acest sens.

Cat priveşte acest soi de „tratament", cel cu şocuri electrice, multă lume o fi auzit de el, dar puțini sunt aceia care au realizat pe pielea lor (mai bine zis pe propria scoarță cerebrală) cât de inuman este acest procedeu.

Şocul distruge celulele nervoase şi dacă bolnavul „beneficiază" de mai multe astfel de

„tratamente” are toate şansele să se transforme într-o epava inconştientă.

La fel de brutal şi de anacronic mi se pare şi tratamentul cu şocuri insulinice mergând până la starea de comă - dacă s-o mai fi facând astăzi pe undeva în lume aşa ceva.

Oare acest tratament medicamentos mamut care mi se administra, când aveam fesele sângerânde şi pline de noduli din pricina injecțiilor, că mă trezeau din somnul indus de medicamente doar că să mă cufunde din nou în somn cu o nouă doză, oare aceste electroşocuri şi come insulinice pot fi ele considerate remedii ştiințifice, produse ale cunoaşterii?

Teroarea pe care am trăit-o atunci, cu ocazia efectuării tratamentului cu şoc electric şi comă cu insulină m-a traumatizat adânc sufleteşte, mai ales că această trăire a fost amplificată de instabilitatea mea psihică.

Eram programat, pregătit să nu mănânc, scos din salon, urcat la etaj, legat de mâini şi de picioare, mi se baga în gura un prosop şi într-o fracțiune de secundă eram inconştient. Ca la execuție. Corpul suferea în convulsii violente la trecerea curentului, dar asta n-o mai ştiam. Eram adus apoi inconştient în pat, unde mă trezeam după 12 - 16 ore. După asta, câteva zile nu-mi mai aminteam unele lucruri.

Momentul acela cât o fracțiune de secundă, al trecerii în neființă, m-a terorizat aşa cum cineva

ar fi terorizat de moarte în față plutonului de execuție.

La tratamentul cu şocuri insulinice mi se făcea insulină şi apoi mă lăsau să mă chinui până intram în comă.

Aceasta a fost trăirea mea autentică, nu vreau să fac pe vulpea înțeleaptă şi moralistă că să spun eu ce e bine şi ce e rău în lumea asta, acesta este doar punctul meu de vedere cât se poate de subiectiv, că aceste remedii considerate ştiințifice n-au nimic de-a face cu cunoaşterea, că nu există nici o relație între o concepție stiințifică privind modalitatea de funcționare a organismului uman şi aceste şocuri.

Dumnezeu singur ştie cui anume aparțin ele, ştiinței, mă îndoiesc.

În calitate de fost pacient al acestor spitale psihiatrice, mărturisesc că de fiecare data când mă prezentam pentru a fi din nou internat, regăseam acolo în spital pe mulți din bolnavii pe care-i cunoscusem anterior.

Excepțiile în care aceşti bolnavi psihici cu afecțiuni mai grave să nu fi alunecat spre stări de boală din ce în ce mai avansate sunt la fel de rare ca şi un corb alb.

Am deschis aceasta paranteză în care am ars într-adevăr puțină tămâie literară amintindu-mi de aceste lucruri, pentru a sublinia ce înseamnă pentru mine bucuria eliberării din acest coşmar. Pentru mine şi mulți alții că mine şi chiar mai

rău, scăparea a fost dl. Valeriu Popa şi cărarea naturistă de autovindecare propusă de domnia sa.

Viața mea devenise insuportabil de chinuitoare, eram fără exagerare un invalid, o povară pentru familie. Ca o consecință, în anul 1984 am fost reformat din armata cu diagnosticul „sindrom discordant" că inapt pentru serviciul militar.

Sperasem zadarnic că o să-mi recapăt sănătatea şi asta mă îndemnase mereu să-mi caut vindecarea, încercând cu toată seriozitatea noi şi noi scheme de tratament, până când, la un moment dat, dr. Pricop Elena din oraşul meu natal, în fond un om de bine, pierzându-şi răbdarea şi tactul profesional în față veşnicei mele declarații cu care intram în cabinet, „mă simt groaznic, tot ce fac este degeaba", mi-a spus fără ocol că trebuie să fiu în continuare ascultător, să fac tratament, pentru că nu e de glumă, din aştia că mine stau legați în spital, vindecarea nu este posibilă. Iată deci care era în aceasta situație singura mea perspectiva optimistă probabilă: să n-ajung în cămaşă de forță.

În încercarea de a reduce din periculoasa doză de medicamente, am început prin ianuarie 1984 un tratament cu litiu carbonic, încercare reuşită întrucâtva, debarasându-mă de o bună parte din medicamente. Chiar am înregistrat o

ameliorare uşoară de fond, prima de la debutul bolii. Mărturisesc că din toate tratamentele efectuate anterior, acesta a fost singurul care a atenuat caracteristicile de fond ale bolii. Putin mai târziu, în primăvara anului 1984, când l-am întâlnit pe dl. Popa, aceasta ameliorare a avut un rol însemnat datorită dramului de luciditate dobândit şi care m-a ajutat mult să pot colabora cu dl. V. Popa, în sensul înțelegerii căii de urmat. Dumnealui a reuşit imediat să-mi spulbere o oarecare neîncredere, diagnosticând exact, spre marea mea uimire şi bucurie, în doar câteva clipe, afecțiunea de care sufeream precum şi înaltul grad de intoxicare medicamentoasă şi asta fără să-i spun nimic dinainte. M-a consultat cu totul altfel de cum eram eu obişnuit. Undeva, lângă poarta fabricii, lângă nişte instalatori care montau un calorifer, doar mi-a desfăcut cojocul, s-a uitat repede la mine, m-a atins pe mână, pe cap. Mi-a spus că sunt drogat şi m-a întrebat dacă ştiu ce boală am, dacă ştiu că este un început de schizofrenie. Nu ştiam. L-am întrebat dacă am şanse de scăpare şi mi-a spus că da, dacă respect sfaturile dansului. I-am zis: „Dacă balastru îmi dați, balastru iau”. A doua zi mi-a dat pe o hârtiuță regimul alimentar (pentru boli nervoase). Venisem la consultație împreună cu o fată care fusese internata cu mine în spital, cu acelaşi diagnostic şi aceleaşi simptome. Spre

surprinderea noastră, dl. Popa i-a spus că are leziuni pe creier şi i-a dat un cu totul alt regim.

Metoda propusă a fost autovindecarea, o reechilibrare a organismului pe principii naturale, bazată pe regim alimentar lacto-vegetarian, băi, masaje, ceaiuri de plante, alergări, viață ordonată. Momentul întâlnirii cu dl. Popa a reprezentat o cotitură în viață mea, recăpătându-mi încrederea în forțele mele. Judecam, cu mintea mea de atunci, că este o luptă care depinde numai de mine, că nu aveam nici o problemă de sănătate care să mă împiedice să mestec şi să diger orice aliment comestibil, că procurarea acestor alimente îmi este la îndemână, că vreau şi că trebuie să rezist la crizele de eliminare a materialului toxic, că dacă dl. Popa ştie ce este în mine ştie şi ce-mi trebuie pentru recâştigarea sănătății.

Am început tratamentul de autovindecare pe data de 2 aprilie 1984, renunțând încă din prima zi să mai fumez, iar cam după o săptămână, după ce am redus progresiv doza, am renunțat TOTAL şi la medicamente. Această primă etapă de tratament a fost extrem de grea atât pentru faptul că trebuia să mă obişnuiesc cu noul fel de nutriție, dar mai ales din cauza crizelor de eliminare despre care am fost prevenit de dl. Popa că vor fi greu de suportat, dar trecătoare.

Cel mai greu a fost în a 21-a zi de tratament, când a început o criză insuportabilă sub forma

unei tensiuni nervoase care atinsese paroxismul şi care a durat aproape o zi întregă. Avea loc desprinderea şi vehicularea elementelor toxice spre organele de eliminare, sângele le conținea în cantitate mare şi-mi dădea aceste stări proaste. Ca o dovadă, urina era de culoare închisă şi mirosea urat.

Pentru atenuarea acestor manifestări ale bolii am făcut băi reci în jumătatea inferioară a corpului care mă mai ajutau puțin şi alergări până la epuizare care aduceau suferință în limita suportabilului, dar foarte puțin timp insă, doar câteva minute, timp în care mă mai odihneam pentru un nou asalt al crizei. Hotărârea mea de a rezista a fost fermă, dar la capătul unei aproape o zi de chinuri - care nu slăbeau deloc în intensitate - epuizat de eforturile depuse, am apelat la o doza de plegomazin, criza fiind atât de puternică probabil şi din cauza faptului că am renunțat prea rapid la medicamente.

Pe durata acestor crize am eliminat o mare cantitate de toxine, acest proces continuând în paralel cu crize din ce în ce mai slabe în intensitate, până la dispariția lor la capătul a 48 de zile de regim când, la o noua consultație, dl. Popa mi-a declarat că am câştigat 20 de procente de sănătate şi că merg spre vindecare.

De atunci şi până în clipă de față am parcurs un drum ascendent, dobândind odată cu trecerea

timpului, cu tenacitate şi cu foarte mari eforturi, o stare de sănătate din ce în ce mai bună.

În prezent - şi de vreo câțiva ani buni - mă simt bine, am ieşit din aceasta prăpastie a bolnavilor cu diagnosticul „psihoza discordantă”, ducându-mi viața fără să mă simt bolnav şi nefericit, ci sănătos fizic şi psihic şi optimist. Şi asta în condițiile în care din 1984, cu excepția câtorva aspirine sau algocalmin, nu am mai făcut uz de nici un alt medicament.

Sunt în deplinătatea facultăților mentale şi pot prin eforturi proprii să-mi determin singur viața.

Autovindecarea n-a fost rapida, cu rezultate spectaculoase imediate, ci muncită, gradată în timp, până să ajungă să fie deplină. Eforturile depuse au fost foarte mari, fiind necesara multă răbdare pentru a recâştiga bucuria clipei trăite, capacitatea de muncă şi de rezistența la stres.

Încet-încet, prin strădanii, mi-am depăşit condiția de marginalizat, încadrându-mă în muncă, căsătorindu-mă, făcându-mi prieteni, în sfârşit, integrându-mă în societate. Sunt cârmaciul existentei mele.

Viața cu durele ei examene şi timpul demonstrează că această vindecare nu este efemeră. Am trăit şi eu - la fel că majoritatea dintre români - nesiguranța, frica zilei de mâine, provocate de convulsiile economico-sociale ale perioadei prin care trecem din 1989 încoace. Am

muşcat şi eu din mărul pădureț atunci când am avut decepții, neîmpliniri, pierderi. Nu m-am ferit să trăiesc în mijlocul vieții şi nu am dat bir cu fugiții din fața ei ascunzându-mă în vreun salon spitalicesc, sau apelând din nou la medicamente.

Din punct de vedere medical unanim acceptat, şansa unei îmbunătățiri a stării mele de sănătate ar fi depins de un tratament medicamentos corect dozat, pe fondul unor condiții de existență favorabile pentru psihic, adică securitate, satisfacții personale, afectivitate. Orice mică problemă, orice nor, era pentru mine o cauză ce declanşa o adevarată cădere psihica, fiindu-mi recomandat un regim de viață cel puțin protejat, un fel de viață la fără frecvență. Ori viața mea n-a fost deloc ca într-o seră. Dimpotrivă. Recent, într-o discuție cu fostul meu medic psihiatru din Focşani, am întrebat dacă pot fi declarat vindecat în urma unei minuțioase testări, etc., într-o clinică de psihiatrie din țară. Mi s-a răspuns că nu. Indiferent cât de evident este că mă simt bine, indiferent că aş trece toate testele, eu nu pot fi declarat „sănătos" şi vindecat cu acest diagnostic pentru că aşa ceva încă nu s-a mai văzut, cel mult aş putea fi considerat un bolnav în remisie temporară, adică o stare de echilibru temporar, mai bună, în cadrul aceleiaşi boli.

Recomand drept subiect de reflectare medicilor şi semenilor mei care caută o ieşire din

infernul suferinței provocate de această boală, activitatea şi personalitatea d-lui Valeriu Popa, un adevărat om de suflet, care prin acumulările domniei sale, fără a avea însă o diplomă de medic, m-a condus cu competență pe drumul redobândirii sănătății.

Cazul meu nu e singular. Am fost martor la atâtea diagnosticări întotdeauna foarte exacte şi am cunoscut mulți autovindecați, foşti bolnavi incurabili, oameni pe care lumea medicală i-a clasat că pierduți.

Sunt foarte mulți, din ce în ce mai mulți, cei care pornesc călăuziți de ing. Valeriu Popa pe drumul autovindecării, mereu sporeşte numărul celor care, împreună cu dansul, au devenit învingători ai maladiilor considerate incurabile.

Reîntoarcerea mea şi a acestor oameni în mijlocul vieții nu este un basm, ci un fapt şi el nu poate fi negat.

Fac aceasta remarcă pentru că unii medici, din necunoaşterea obiectivă a fenomenului Valeriu Popa, ba chiar şi din răutate, l-au jignit fără scrupule, etichetându-l în tot felul.

Ori dl. Popa nu merită asta, dimpotrivă. Chiar dacă are altă meserie decât cea de medic, dansul a slujit cauza sănătății că nimeni altul, proband, pe lângă competența în acest domeniu, calități morale pe care le manifesta la modul cel mai elevat, calități care - să mă ierte Dumnezeu - lipsesc la atât de mulți medici. Nu întâmplător

lumea îi spune „nenea Omu”, sau „tata Valerică”, pentru că dansul a dăruit şi noi am primit. El n-a pretins şi nu a luat pentru ajutorul dat nici o recompensa materială. În schimb l-am văzut bucuros ori de câte ori vreun bolnav îi aducea vestea că punând în lucru sfaturile sale îşi recăpătase sănătatea.

În toți aceşti ani am avut ocazia să îl cunosc mai bine şi mi-am dat seama că adevărata să menire este înmulțirea binelui în lume prin trezirea oamenilor la o viață morală, curată, la întoarcerea semenilor sai cu fața spre Dumnezeu.

Starea de sănătate nu depinde numai de întreținerea corpului fizic prin igiena şi alimentație sănătoasă. De aceea, dl. Popa îndruma pe toți aceia care îl caută sincer, să realizeze în ființa lor o stare de sănătate spirituală cât mai deplină - o stare în care întrega noastră ființă este acordată armonios ritmurilor Naturii. Altfel, calcând legile înțelepte ale Naturii prin comportamentul nostru, nu vom putea niciodată să ne eliberam cu adevarăt de boală şi suferință.

Cat despre mine, întâlnirea cu dl. Popa n-a însemnat „doar” vindecarea bolii de care sufeream, ci mai ales extraordinara fericire de a fi descoperit - la capătul drumului către vindecare - credința în Dumnezeu, după ce toată viața am fost cel mai smintit ateu.

De aceea recunoştinţa mea este diferită de cea care se cuvine unui terapeut de la pacientul său.

Pentru mine, dl. Popa Valeriu a fost şi va rămâne un adevarăt părinte spiritual, un Om căruia îi port şi îi voi purta în suflet până la sfârşitul Timpului, o deosebită afecţiune.

Şi ca mine sunt cu sutele, dacă nu chiar cu miile".

Focşani, 9 aprilie 1996. Ionescu Raul Dan.

* * *

Odată, întrebat de un reporter care sunt percepţiile şi senzaţiile resimţite atunci când investighează corpul unui pacient, când apropie mana de el sau numai de o fotografie, dl. Popa răspunde:

„Când vibraţiile sunt puternice, simt în vârful degetelor nişte înţepături. Desigur, senzaţia este extrem de nuanţată, deoarece şi vibraţiile sunt diferite pe suprafaţa aceluiaşi organism, dar tocmai din această cauză, după ani de observaţii şi autoobservaţii pot astăzi să stabilesc intensitatea sau originea unor dezechilibre de ordin fiziologic sau a unor afecţiuni organice. Explicaţia mi-a dat-o după ani de zile electronografia. Aceasta a demonstrat că la un organ bolnav emisiunile bioenergetice sunt diferite de cele ale unui organ sănătos. Diferite

chiar înainte ca boala să poată fi identificata clinic sau prin aparatura clasică de laborator. Au fost construite de asemenea detectoare electronice care, la fel, înregistrând fasciculele bioenergetice semnalează că în locul respectiv s-a instalat sau este pe cale să se instaleze o afecțiune. Ei bine, toate acestea eu le percep în mod natural.

Senzația de înțepătură este uneori însoțită de senzații gustative. Acestea constituie alte indicii în diagnosticarea unor afecțiuni: senzația de dulce îmi semnalează o hiperglicemie, cea de amar o afecțiune la bilă sau la ficat, cea de iod o lipsă de iod în organism, cea de sărat o afecțiune pulmonară şi aşa mai departe. În sfârşit, observații îndelungate mi-au mai permis să constat că înțelegerea şi comuniunea sufletească este mult mai posibilă între persoane cu câmpuri bioenergetice asemănătoare. Aşa s-ar explica între altele marile amiciții, dragostea la prima vedere, sau antipatiile nemotivate. Îmi amintesc de un experiment făcut în țara noastră. Cu ani în urmă, un biofizician a invitat într-un laborator de electronografie trei persoane: un bărbat, soția sa şi prietenul de familie al celor doi convivi. Experimentatorul a electronografiat la început, în acelaşi cadru, mana soțului şi cea a soției. Halourile bioluminiscente au dovedit o totală neconcordanță şi o tendință de respingere reciprocă. A fost repetată experiența, de data

aceasta aflându-se în cadru mâna soției şi cea a prietenului de familie. De data aceasta, armonia câmpurilor bioenergetice a dovedit atracție şi, ulterior, biofizicianul a aflat ceea ce dealtfel electronografia îi demonstrase în mod elocvent: cei doi soți conviețuiau într-o atmosferă de permanente conflicte, în vreme ce soția şi tânărul „prieten de familie" se iubeau în ascuns şi plănuiau să se căsătorească.

Asemenea constatări mă determină să presupun că în viitor, medicina, psihologia, sociologia, vor ține seama şi de împărțirea indivizilor pe grupe energetice, la fel cum astăzi, în terapeutică se are în vedere grupa de sânge a pacientului".

Altă dată, întrebat dacă întrezăreşte o şansă ca omul să se apropie de sine, să se regăsească, dl. Popa răspunde: „Da, prin spiritualitate, prin frica de el şi de Dumnezeu, cu alte cuvinte prin ordine şi disciplină".

Şi fiindcă drumul vieții este de obicei lung, iată şi câteva sfaturi utile în viața de zi cu zi.

***Pentru calmarea durerilor de masele**:*

- un mic tampon de vată muiat într-o soluție concentrată de permanganat de potasiu, pus la măseaua bolnavă.

- un mic tampon de vată îmbibat în Menthol 2 gr. + Camphor 2 gr. introdus în măsea şi schimbat la o jumătate de oră.

- băgați în urechea de pe partea măselei bolnave o bucățica de vată îmbibată într-un amestec compus din părți egale de Eter + oțet + apa de colonie.

Cum puteți afla dacă smântâna este naturală:

- se cunoaşte turnând o picătură de iod peste o părticică din ea. Dacă este naturală atunci iodul îşi păstrează culoarea. Dacă nu e naturală, iodul îşi schimbă culoarea în albastru.

Pentru a activa creşterea parului, masați regulat rădăcinile cu ceai de muşețel foarte concentrat.

Dacă a pătruns un corp străin în ochi, acesta se poate îndepărta mişcând pleoapa de jos înspre nas, în acest fel corpul străin trecând în colțul dinspre nas al ochiului, putând fi îndepărtat cu puțină vată sau cu coltul unei batiste curate.

Contra mătreței se pot face frecții la rădăcina parului cu rom (3/4) şi ulei de ricin (1/4).

Pentru otrăvirile cu ciuperci: Deoarece în aceste situații scade zaharul din sânge, până la venirea medicului, dați celui intoxicat zahar.

În caz de leşin se freacă cu oțet tâmplele şi încheieturile mâinilor. La fel se procedează şi în caz de răceli sau dureri de cap. E mai bun dacă se lasă la macerat în oțet petale de trandafir.

Pentru îngrijirea dinților orientalii au obiceiul să mestece bucăți de răşină gălbuie, iar la noi nalba are aceeaşi proprietate. Căpşunile şi lămâile au darul de a scoate tartrul de pe dinți, iar cenuşa şi apa oxigenată slab concentrată au şi ele proprietatea de a albi dinții.

Dacă picioarele dvs. sunt dureroase sau mai cu seamă aveți arsuri după ce ați umblat mult, frecați-le seara cu puțin alcool, apoi cu untdelemn de măsline.

Dacă aveti ochii înroşiți, inflamația dispare dacă îi spălați cu apă caldă în care se pun câteva picături de apa de fenicule (anason moldovenesc).

Pentru oprirea hemoragiilor nazale puneți comprese reci pe frunte şi pe ceafă. Apăsați nara sănătoasă cu degetul şi respirați adânc şi de mai multe ori prin cealaltă nară.

Cap. VI - MARTURII CUTREMURATOARE

„Anul 1977. Am făcut operație de tiroidectomie subtotală la Institutul Endocrinologic C. I. Parhon şi ulterior, timp de câteva luni, tratament cu vitamine, calciu, oxazepam, cu creştere calcemică. După câțiva ani au apărut dischinezia biliară, lipsa de calciu, insomnii, constipație şi un rău general.

Nu am fost prea alertata deoarece lucrasem în trei schimburi la Combinatul de Celuloza şi Hârtie Brăila, la C.T.C. Fiind singură, cu un copil, a trebuit să lupt cu ziua de mâine din răsputeri (am avut două căsătorii care au fost un dezastru, un calvar). Deoarece eram şi o fire singuratică, nu am mai avut o viață intimă, dar nici nu simțeam nevoia. A trebuit să lucrez şi „de mână" după serviciu până când a terminat băiatul facultatea, deci toate le-am pus pe seama oboselii.

Anul 1990. În luna iulie am avut o explozie în bucătărie, produsă de o oală sub presiune, care a fost atât de puternică încât aragazul a fost distrus, plus tot ce era pe chiuveta, frigider şi masa. S-a deschis şi frigiderul, din bufet totul s-a făcut praf, eu eram în bucătărie cu capul pe geam, geamul era deschis, până şi perdeaua de la geam a zburat pe deasupra capului meu. Eu nu

am auzit nimic, nu m-a lovit nici un obiect şi nici din mâncarea împrăştiată pe plafon şi pe pereți; nu am auzit nici un fel de zgomot, la uşa mea erau adunați toți vecinii din bloc. În schimb la cap, mai precis la ceafa, în partea dreapta a capului am descoperit o malformație mare că un ou, care după câteva zile a dispărut. După circa 10 zile am făcut crize spasmofilice. O Salvare mă lua de acasă la spital şi alta de la serviciu.

Anul 1991. Am fost internată la endocrinologie, spitalul C. I. Parhon, iar după externare m-am simțit tot mai rău. În toamnă, în luna septembrie am făcut un gen de pareză la mana stangă, crize de nervi; nu mai dormeam de loc, aveam dureri de cap, de ceafa, dureri în piept şi în partea stangă nu mai auzeam de loc, simțeam un bâzâit în urechi, amețeli, stări depresive, o excitație sexuală cu dureri, nu aveam stabilitate şi leşinam deseori. Toate acestea s-au declanşat după explozie. Atunci m-am internat la spitalul de specialitate din Brăila. După 8 săptămâni de tratament (nu vreau să-mi mai amintesc) eram tot la fel de rău, cu toate că înghițeam zilnic un pumn de medicamente. După externare am ajuns la Bucureşti, la Policlinica Batiştei unde dr. D. Ionescu de la endocrinologie m-a ajutat să fac analize, dar tot degeaba, că din zi în zi mă simțeam tot mai rău. Diagnosticul era: sindrom nevrotic depresiv şi anxios, spondiloză cervicală, dischinezie biliară, hipocalcemie,

hipotiroidie, dereglare hormonală, constipație şi nu mai ştiu ce.

În toamna aceluiaşi an am ajuns la dl. ing. Popa Valeriu care mi-a dat un regim de dezintoxicare cu apa distilată 21 de zile, apoi regim vegetarian. Toată acea perioadă de 21 de zile cât am băut apa distilată făceam crize spasmofilice cu stări de nervi zi şi noapte, nu dormeam deloc, a fost o luptă pe viață şi pe moarte. La clismele pe care le făceam se elimina puroi, bucăți de pieliță cu puroi şi au ieşit şi doi viermi (carcasa) de circa 10 cm. După terminarea tratamentului nu am mai avut crize de spasmofilie şi leşinuri, dar bine tot nu eram. Pe dl. Popa nu l-am mai găsit până în august 1993, în schimb o consultam pe d-na Tudor. La sugestia dânsei am făcut regimul BG1.

Mă întorc la anul 1992. În august am făcut o criză de fiere. După 10 zile de tratament cu apă distilată am eliminat două bucăți cam de 1 cm. ca o scoarță de copac flexibila, de culoare albastru închis cu tentă de negru (aşa am văzut eu).

Anul 1993. La începutul lunii august a dat Dumnezeu de l-am găsit pe dl. Popa. A văzut că nu sunt bine şi mi-a dat tratamentul cu urină, câtă suferință şi chin. În iarna anului 1993-1994 simțeam un lichid fierbinte în urechi ce parcă ar fi vrut să iasă, dar nu putea.

Anul 1994. În august a început să se elimine un lichid sărat pe gât, nu puteam să expectorez şi m-am speriat. Dl. Popa nu era de găsit şi am hotărât să țin 10 zile de apă distilată. Cu cât beam mai multă apă distilată cu atât curgea tot mai mult lichid; nu ştiam ce să fac, pe cine să întreb, am trecut iarăşi cinci zile pe urină, apoi a început să curgă un terci amar, (atunci am realizat că a început să se elimine acel puroi din cap).Terciul s-a scurs timp de 5 zile, apoi au apărut iarăşi dureri de cap de parcă era jăratec în creştetul meu, ochii mi se injectau, nu mai vedeam, inima îmi bătea foarte tare, la venele de la tâmple şi de pe mâini mi se făceau proeminențe, la față eram palidă şi leşinam. După aceste dureri, timp de 7 zile a curs puroi sub toate formele, coji, bucăți mari gelatinoase, terci. Tot în august am simțit o pocnitură în urechea dreaptă cu dureri mari, apoi câteva zile mi-au curs din creştetul capului şuvițe de lichid fierbinte. Cu cât curgea mai mult simțeam o lumină lăuntrică şi o uşurare, nu mai auzeam în urechi acel zgomot când aveam impresia că mergea un motor în capul meu. În noiembrie 1994 au început iar leşinurile, în special dimineața, tot atunci îmi pierdeam şi cunoştința. Tot în acea lună am constatat că venele de pe mâini nu mai erau proeminente, uneori chiar deloc şi am plâns mult de bucurie, mi-am dat seama că şi-a dat drumul circulația generală a

sângelui. De când am început terapia cu urină şi până în luna aprilie 1995 am fost în permanență plina de bubițe, după care au dispărut.

Decembrie 1994. Dureri crunte de cap, palpitații. Într-una din zile a fost aşa de rău că a trebuit să stau la pat, de la orele 17 şi până la 2 noaptea a fost de nedescris, toate mă dureau, ceafa, creştetul, tâmplele cu umerii, aveam febră, îmi ardeau ochii, nu puteam să-i țin deschişi, inima îmi bătea tare, sângele, pulsul la fel, fierea mă durea, o simțeam cum se întoarce, aveam senzații de vomă şi greață, mă dureau toate venele, amețeli, aşteptam sfârşitul, spaima, aşteptam să se producă o comoție cerebrală, aşa de rău îmi era şi am leşinat. Leşinul a durat 30 de minute - când m-am trezit nu-mi venea să cred că sunt vie, am început să-mi pipăi mâinile, picioarele şi m-am ridicat din pat. Eram aşa de sfârşită că abia mă țineam pe picioare; pe mâini, față şi burta eram plină de bubițe de mărimea unui bob de porumb, apoi am avut scaun o diaree puternică şi toate bubițele au dispărut. Din acel moment mi-am simțit mâinile şi picioarele călduțe tare (erau roşii), căci până atunci fuseseră ca gheața de ani de zile, nici nu mai ştiu de când.

Ianuarie, februarie 1995. Aveam aceleaşi dureri, astăzi ele sunt mai blânde, tot se mai elimina puroi pe gat, pe nas şi urechi nu. După ce se elimina puroiul, de fiecare data simțeam

cum mă dor venele în cap, mă usturau, simțeam cum circula sângele şi prin vene care fuseseră atrofiate ca un lujer uscat. Şi astăzi mai sufăr, dar dorm ca un om normal, sunt liniştită, îmi simt capul tare uşor şi luminos în interior, am speranța că va veni şi ziua cea mare, fiindcă totul are un început şi un sfârşit. Mai am stări de rău, mai ales când este nor, cald, sau la schimbarea de temperatură; uneori simt o durere, ca o rană în partea dreaptă a capului, cam ustură. Îmi este teama de sechele în urma acelei explozii şi că mi-a dereglat sistemul nervos. Se curăță şi fierea, am dureri mari, înțepături, apoi ustură şi arde, senzații de vomă şi greață.

Mai ştiu că nu sunt bine până nu se va elimina tot puroiul din cap, ce mă îngrijorează sunt acele crize ce apar pe fond nervos, cred. Am început să îmi cunosc mai bine organismul şi sper să se termine totul cu bine. Am luat în greutate, asta denotă că organismul a început să-şi reechilibreze funcțiile. Şi la față m-am schimbat (mai sunt puțin palidă), adică nu arat a fi om bolnav.

În luna decembrie 1995, pe 4, se împlinesc 4 ani de calvar, tratament, regim, groază şi suferință - fără medicamente.

Nu ştiu cum să mulțumesc bunului Dumnezeu şi d-lui Valeriu Popa, nu-mi găsesc cuvintele. Doresc d-lui Popa zile bune, senine şi linişte sufletească. Datorita dansului astăzi

trăiesc şi sunt iarăşi Om. Cu toate suferinţele îndurate, pentru mine nu exista acel „nu pot”. Exista doar „nu vreau”; dacă ai voinţă şi credinţă în Dumnezeu, totul este bine, la aşa boală trebuie aşa tărie, o voinţă de fier şi eu am reuşit”.

17 iulie 1995 - Brăila, Cristea Monica.

* * *

ing. TINCA LUNG

SCRISOARE CĂTRE PRIETENI NECUNOSCUŢI

Motto:

Dedic aceste rânduri celui care m-a ajutat să mă nasc din nou, d-lui ing. Valeriu Popa, fiicei mele Luminiţa, prietenilor mei şi întregii mele familii, că mărturie a experienţei la care au asistat pentru refacerea sănătăţii mele. (1995)

Mă numesc LUNG TINCA, domiciliez în Bucureşti, am 45 de ani şi lucrez la Institutul de Cercetări şi Proiectări pentru Mecanică Fină din Bucureşti pe funcţia de cercetător ştiinţific în specialitatea TCM.

În rândurile ce urmează voi prezenta pe scurt experienţa mea de viaţă din ultimii 4 ani, nu prin prisma unui om bolnav, ci a celui care la un moment dat s-a trezit cu o problemă pe care nu o

putea controla şi a selectat din mai multe metode posibile pe cea care pornea de la stabilirea cauzei bolii şi nu urmărea vindecarea efectului. Desigur, aceasta opțiune te transformă în singurul vinovat de ceea ce ți s-a întâmplat şi, mai ales atunci când eşti de meserie inginer şi nu medic situația este foarte dificilă pentru cel în cauză şi foarte greu de acceptat de cei din jur.

Fiecare om este o poveste, un destin; cum nu sunt doi oameni la fel, tot aşa nu sunt nici două regimuri alimentare la fel, fiecare individ are particularitățile lui de care trebuie să se țină seama când se prescrie o anumită metodă de vindecare.

În anul 1991, mai precis la data de 8 mai 1991, din motive de sănătate a trebuit să-mi reconsider regimul de viață atât cel alimentar cât şi cel spiritual. Dar de fapt ce m-a determinat să fac acest lucru? Răspunsul este sincer şi poate fi confirmat de familia mea, de analizele medicale şi de consultațiile de specialitate ale unor medici recunoscuți pentru probitatea lor profesională. Dar, să încep cu începutul.

De când mă ştiu nu am avut o sănătate prea robustă. Răcelile frecvente tratate conform prescripțiilor medicale cunoscute au generat un consum exagerat de antibiotice, dar nici cu acestea nu s-a putut evita operația de polipi şi amigdale pe care am făcut-o la vârsta de 7 ani, operația de apendicită la vârsta de 8 ani,

congestii pulmonare şi viroze anuale. La acestea adaug şi celelalte afecțiuni stabilite pe cale medicală până la data de 8 mai 1991: constipație cronică, hipertensiune arterială oscilantă stadiul II, hipertiroidie, hepatită cronică agresivă, ficatul mărit în volum cu ecodensități mai crescute, neomogen, splina mărită, uterul mărit cu pereții îngroşați, aspect fibromatos, cu noduli, hiperaciditate, tahicardie sinuzală, sinuzită frontală, dischinezie biliară, ciclu menstrual foarte neregulat, otită, dureri foarte mari de cap şi altele.

Ca urmare a ciclului neregulat şi a Rh-ului negativ am făcut un număr de 15 avorturi, având dreptul legal să fac aceste întreruperi, că urmare a unui titru foarte mare de anticorpi care se creau în corpul meu cu fiecare nouă sarcină. Acest bagaj fiziologic l-am dus până în luna mai 1991, când starea toxica a corpului devenise atât de mare încât nu mai puteam mânca, tot ce luam vomitam, ajungând în final să vomit sânge.

În toată această perioadă am luat zeci de medicamente, care de care mai recomandate şi mai greu de procurat, majoritatea dintre ele fiind străine, dar fără să găsesc măcar un singur medicament de la care să simt cât de cât o ameliorare a stării mele. Am avut multă răbdare şi cu investigațiile medicale, urmărind toate pistele pe care le deschideau medicii, dar deprecierea sănătății începuse să se facă rapid,

concomitent cu scăderea rapidă în greutate. Simțeam o stare de epuizare psihică şi fizică de nedescris. Tot ce făceam parcă făceam cu ultimele mele puteri. În toată această perioadă viața decurgea aparent normal, cu problemele de familie şi cele de serviciu care se înscriau în limite normale, dar eu nu mai eram în stare să le țin sub control.

Totul a culminat cu vomele de sânge, deşi eram sub tratament medical şi cu un regim alimentar pe măsură (2 luni am mâncat numai friptură la grătar, pâine prăjită şi ceai). A venit vremea să nu le mai accepte corpul nici pe acestea. Cu toate medicamentele pe care le luam, vomam într-una sânge.

În acest punct s-a oprit colaborarea mea cu lumea medicală. M-am convins de faptul că se urmărea numai atenuarea efectelor bolii şi că dacă aş fi mers mai departe s-ar fi impus o operație chirurgicală la stomac, presupunând că acolo există un ulcer activ. Nu puteam accepta că stomacul era singurul organ bolnav şi că dacă mă duceam la operație s-ar fi rezolvat problema mea. Şi celelalte organe sufereau (cate nopți nu dormeam din pricina durerilor de inima şi a stărilor de sufocare). Ce ar fi însemnat, venea rândul fiecărui organ? Este oare corect să existe cabinete medicale pe specialități?

Un medic te tratează numai de tiroida, altul numai de inimă, altul numai de ficat, altul numai

de nervi, de parcă la un moment dat, în corp nu ai avea decât fie numai tiroida, sau numai inima sau numai ficat, etc. Pentru nimic în lume aceste organe nu se pot separa. Atunci de ce aceste discriminări? Ori, în aceste condiții, fie toți medicii pe toate specialitățile sunt în acelaşi cabinet sau toate specialitățile sunt cunoscute de acelaşi medic. Altfel nu se poate. Ei trebuie să fie toți în acelaşi moment când se pune un diagnostic, ori se interpretează analize, când se prescriu rețete, nemaivorbind de faptul că trebuie să fie şi de acord cu ce recomandă pacientului lor.

Oare să fi fost eu mai ghinionistă decât alți pacienți că am umblat de la un cabinet de specialitate la altul ani în şir fără să am vreun rezultat bun? Mă îndoiesc, şi de s-ar face un sondaj pe tema aceasta, 99% ar gândi că mine.

Cu recunoştință mă plec în fața tuturor metodelor care îl învață pe om să-şi trăiască zilele pe care i le-a dat Dumnezeu în sănătate şi linişte. Nu sunt împotriva medicinii în general, ci a metodelor pe care le foloseşte. Este foarte important să ai analize medicale corecte, complete şi bine interpretate. Ele îți dau o imagine orientativă a stării de sănătate. Nu ai voie să cataloghezi că totul este în ordine când anumite valori sunt depăşite, sau să nu ai un grafic comparativ prin care să urmăreşti

tendințele corpului ca urmare a tratamentului aplicat. Şi asta repede!

Acestea au fost considerațiile care m-au determinat să-mi concentrez atenția şi efortul spre căutarea cauzei bolii mele, renunțând la atenuarea doar a efectului prin calmarea durerilor, fiind de la sine înțeles că dacă nu se rezolvă cauza nu poate fi vorba de vindecare.

Desigur, nu este o decizie uşoară să te aventurezi într-o cercetare pe un domeniu care îți este străin, mai ales când e vorba de propria-ți persoană. Mă rugam la Dumnezeu să-mi scoată în cale un Om care să-mi îndrume paşii, căci eram hotărâtă să încerc altă metodă decât aceea pe care o urmam de ani de zile cu rezultate din cele mai dezastruoase.

În aceste condiții m-am dus la dl. ing. Valeriu Popa, care mi-a pus un diagnostic rapid şi fără ezitări: boli grave, stadiul 3,5 (leucemie) şi mi-a recomandat un regim cu apă distilată 14 zile, 2 litri pe zi şi 2 clisme, dimineața cu ceai de muşețel, seara cu ceai de rostopască, 7 zile revenirea, după care regimul BG1.

De la începutul regimului m-am hotărât să țin un jurnal, pentru a consemna evoluția stării mele de sănătate. Acum realizez cum drama fiziologică se împletea cu cea psihologică. Pe lângă faptul că mă simțeam bolnavă fizic, mă simțeam bolnavă sufleteşte, nu eram înțeleasă de

familia mea, în special de soțul meu şi de fiica mea, intrând în conflict cu ei adesea.

Nu pot să spun că ce a urmat a fost uşor, dar aveam convingerea că oricât de greu va fi, voi reuşi să depăşesc situațiile, în pofida aspectului exterior al fizicului meu, care se deprecia vizibil (în 2 luni de zile am slăbit 17 kg., mai puțin la început, după care procesul de slăbire s-a accelerat). Nu mă îndoiam nici o clipă că voi reuşi, mintea parcă devenea mai limpede (deşi eram acuzata că nu mai gândesc normal) şi simțeam în mine o tenacitate de nezdruncinat față de cei care încercau să mă convingă să abandonez tratamentul. Felul cum arătam îl demoraliza foarte tare pe soțul meu, care încerca în toate felurile să mă abată de la hotărârea mea, mai ales şi pentru faptul că era foarte gurmand, hrănindu-se din belşug cu carne, pâine, sare, ciocolata, băuturi răcoritoare, etc., iar eu, acum nu trăiam decât cu apă distilată. Soțul meu era cu adevărăt speriat de starea mea. A încercat în toate chipurile să mă facă să renunț, dar nu avea cu cine să discute. Aşa că au început discuții foarte tari, care ne epuizau pe amândoi, dar eu eram foarte fermă pe poziție, iar pe soțul meu, cu durere în suflet, îl vedeam în pragul nebuniei.

Ce mult îmi lipsea liniştea! Eram la început de drum, aveam nevoie de timp şi linişte că să mă documentez, să citesc lucrări de medicină naturistă care impuneau, fiind scrise de medici

de meserie (Jean Valnet, Ernst Günter, Henry G. Bieler, Viorel Olivian Pascu, etc.), precum şi cărți din domeniul spiritual.

Perioada de început a fost marcată de o stare de slăbiciune de la sine înțeleasă, dar şi de dureri îngrozitoare de inimă, de cap, greață şi de foarte multe vome (vomitam numai lichid verde, amar, însoțit de regurgitare acidă care parcă-mi ardea timpanele). În toată perioada cu apă distilată nu am mai vomitat niciodată sânge, şi de altfel nici mai târziu. Pe limbă au apărut zone mari de plăgi, aveam răni, de parcă băusem ceva clocotit. Mă simțeam epuizata şi pentru faptul că nu puteam să dorm noaptea, orele de insomnie completa fiind cel mai frecvent între orele 24 şi 5 dimineața, după care urma o perioadă de relaxare până la 6 dimineața, iar ziua nu puteam să dorm niciodată. Nu cred că în două luni să fi reuşit să dorm zece nopți, adunate orele pe toată perioada. Insomniile mă chinuiau, cu sănătatea eram pe muchie de cuțit, iar soțul meu, prin discuțiile zilnice pe care le aveam, îmi consuma şi bruma de energie care îmi mai rămăsese. Stăteam permanent cu geamul deschis, deşi la începutul regimului vremea a fost rece. Simțeam nevoia de aer, deşi sunt de felul meu o friguroasă.

Studii medicale au demonstrat ca, pentru a se hrăni, corpul are nevoie de 3-4 kg. de alimente în 24 de ore, echivalentul a 13-14 litri de aer. Aşa

îmi explic şi eu, pentru perioada de început, nevoia celulelor de aer, pentru a se produce arderile toxinelor din corp.

Aceasta era karma mea, trebuia să renasc din propria cenuşă, să-mi ard karma veche prin suferință şi să încep construirea unui nou destin. Am ajuns să înțeleg ce însemnătate are suferința, că fără ea nu există vindecare, că ea ne transformă atît în plan fizic cât şi mental. Simțeam cum mentalul controlează fizicul, mă înarmam cu multă răbdare căci toate acestea trebuiau să treacă odată, doream să parcurg lecția până la capăt că să pot trage concluziile corecte.

Acum, când scriu aceste rânduri nu sunt urmărită de nici un resentiment față de atitudinea soțului meu şi a celor din jurul meu; am înțeles că nu suntem întâmplător laolaltă într-o familie şi că toți din jurul meu erau necesari pentru evoluția mea. Noi trebuie să evoluam împreună urmărind legile universului, acele 10 porunci atât de bine exemplificate în Biblie, deci nu ai voie să fugi abandonându-ți aproapele şi punându-te cumva la adăpost de agresiunea lui. Pot să afirm cu siguranță că cel mai dur examen din această viață nu este cel de bacalaureat, de absolvire a vreunei facultăți sau alte examene pentru diverse titluri şi onoruri, ci este cel pe care îl dai zilnic în fața familiei tale.

Aici eşti testat în profunzimile ființei tale, având tot timpul la dispoziție liberul arbitru, pentru a te face răspunzător de tot şi de toate câte faci şi gândeşti, căci ele se înregistrează şi când vei veni din nou la viață te vei întâlni cu efectele comportamentului tău. Atunci vei începe să îți masori gândurile, vorbele, faptele, nu te mai laşi antrenat în situații care nu îți vor aduce nici o creştere spirituală. Gândul este o formă vie, l-ai emis, el se afla în câmpul tău energetic şi acționează, el nu mai poate fi anulat oricâte păreri de rău ai avea după aceea. Omul este materie, deci substanță (corpul fizic) şi câmp (structurile informaționale).

Dacă în sufletul omului există dorința sinceră de a se înțelege cu aproapele lui, iertând şi sperând, fără ranchiună şi orgoliu, chiar dacă pe moment lucrurile par ireparabile, Dumnezeu va găsi o cale ca acei oameni să se iubească. Acolo unde omului nu îi este cu putință, îi este cu putință lui Dumnezeu. Nu trebuie să fugi, pentru că în felul acesta ai ratat acest examen, pe care în mod sigur vei fi obligat să-l dai de atâtea ori până îl vei lua.

Omul, în procesul de discernere, face apel permanent la liberul arbitru, el având posibilitatea să aleagă o alternativă din mai multe. Dacă alegerea lui nu este sincronizată cu legile universului, noul destin pe care şi-l construieşte nu va fi prea fericit. Prin liberul

arbitru se constată de fapt calitatea spiritului şi nivelul energetic pe care omul se situează.

Am văzut că nu toți oamenii sunt la fel, există ceva care îi diferențiază, de fapt gradul de asimilare a legilor Naturii, căci până la urmă cu totii trebuie să le învățăm, dar unii se străduiesc mai mult, alții mai puțin, ca la şcoală, mai rămân şi repetenți, dar viața îi trage înainte.

Am făcut această prezentare pentru aceia care doresc să înceapă acest regim, să înțeleagă că fără o puternică credință în Dumnezeu şi o voință puternică nu exista reuşită.

Referitor la credință aş vrea să spun că de cea mai mare însemnătate este legătura dintre faptă şi vorbă, nu este suficient să spui că eşti credincios, trebuie să şi dovedeşti, altfel credința fără fapte este moartă. De mare importanță pentru cel bolnav este că el să se pătrundă de principiile moralei religiei de care aparține, să le cultive, să le înțeleagă şi să le aplice. Prin aceasta va găsi răspuns la toate întrebările sale... Dialogul sincer cu Divinitatea produce sesizarea voită a subconştientului asupra faptelor negative din viață omului, care se vor rememora într-un context conjunctural. Subconştientul va caută să controleze atitudinile individului când va fi pe cale să săvârşească din nou aceleaşi fapte negative. De fapt taina euharistiei (a spovedaniei şi împărtăşaniei) ajuta să îți accepți soarta şi îți crează acea iluminare de care ai atâta nevoie

pentru a-ți făuri un viitor mai bun. Omul are nevoie de o instanță pământească, alta decât cea legală, unde să se întâlnească cu propria-i conştiintă, şi asta cât de des posibil, căci viața te împinge ba spre un mal ba spre altul, nu întotdeauna navighezi corect. Acest lucru se realizează prin taina spovedaniei şi a împărtăşaniei, sensibilizând subconştientul omului care va avea un rol mai mare în deciziile ce vizează liberul arbitru. Dacă pe un copil îl înveți de mic toate acestea, posibilitățile de a greşi în viață sunt mai mici. Din păcate, majoritatea părinților din ziua de azi suportă consecințele unei educații care a distrus în primul rând spiritualitatea. Ne vom reface greu, dar ne vom reface.

Să nu ne consideram nevinovați de ceea ce ni se întâmplă, să admitem că am greşit, că trebuie să plătim pe măsură faptelor noastre, iar în continuare să deschidem bine ochii.

Primele 21 de zile (14 de post şi 7 de revenire) mi s-au părut acceptabile, față de ce a urmat. A urmat regimul BG1, alcătuit din anumite zarzavaturi crude şi grâu încolțit. Dintotdeauna mi-au plăcut sucurile de zarzavaturi şi fructe, cruditățile în general, deci ar fi trebuit să nu am probleme. Dar nu a fost să fie aşa. Acum nu puteam să le mănânc. Mă concentram să le înghit împotriva voinței mele, având încredere deplina în metoda d-lui Popa. Într-o zi încercam

să iau jumătate de porție, a doua zi vomitam tot şi nu mai mâncam nimic, a treia zi o luam de la capăt, continuând astfel 21 de zile, după care am început să vomit îndată ce simțeam mirosul zarzavaturilor rase. Presiunile din partea soțului şi îngrijorarea celorlalți membrii ai familiei mele erau piedici serioase în continuarea regimului.

În perioada regimului şi până am început să mă stabilizez cu sănătatea, mi-am exprimat dorința de a nu fi vizitată nici de rude, nici de prieteni. Nu doream să vad în ochii lor nici tristețe şi nici compasiune. Singurele persoane pe care le acceptam erau mama şi sora mea, soțul şi fiica mea. Le înțelegeam îngrijorarea, dar nu puteam să accept să dau înapoi, chiar dacă le era foarte greu să vadă pe cineva apropiat că se topeşte pe zi ce trece fără să-l poată ajuta cu nimic. Îmi era din ce în ce mai rău. În stomac parcă aveam un bolovan, inima mă durea îngrozitor, aveam palpitații foarte dese, pulsul ajunsese la 130 bătăi/minut, vomitam mereu şi gura mi se umplea de o salivă abundentă, albă şi spumoasă. Aveam o stare de amețeală accentuată. Când mă ridicam din pat nu eram în stare să fac decât câțiva paşi şi nu mai vedeam nimic înaintea ochilor, lovindu-mă de multe ori de obiectele din camera. Au început să-mi amorțească mâinile şi picioarele. Starea de amorțeală era îngrozitoare, lucrul cel mai greu de suportat pentru mine, mai ales că se repeta la

intervale regulate, cu o precizie aproape matematică.

Atunci începea lupta pe viață şi pe moarte. Îmi dădeam seama că inima nu mai făcea față. Începea să-mi amorțească întâi mana dreapta. De la vârful degetelor, amorțeala se transmitea într-o fracțiune de secundă până la umăr, iar mâna dreaptă nu o mai simțeam deloc, după care amorțeala se transmitea şi la mâna stangă şi la picioare. Trebuia să nu mă pierd cu firea pentru a şti ce să fac şi, cu puterile ce le mai aveam, îmi luam o sticlă de apă şi aparatul de masaj şi ieşeam pe balcon, pe întuneric, să nu vadă soțul meu lumina, pentru că ar fi chemat Salvarea. Acolo începeam un masaj dintre cele mai dure asupra centrilor presopunctori din palme şi tălpi, la care se adăugau exerciții de respirație şi rugăciuni către Cel de Sus care m-a ajutat de fiecare data să nu intru în panică şi să pot singură trece peste această mare încercare. Ce ar fi putut face soțul meu? S-ar fi speriat, ar fi intrat în panică, ar fi chemat Salvarea, ar fi sculat şi copilul care şi-ar fi văzut mama într-o situație la limita vieții, iar pentru mine s-ar fi jucat ultima carte. Aşa că numai Dumnezeu ştie cum am petrecut singură nopți întregi în chin, având convingerea că dacă mai apucam dimineața însemna că poate mai am zile. Începuse să apară un fenomen curios. Seara, când aprindeam lumina, vedeam nişte globuri luminoase foarte

puternice, ca la fotograf, ba deasupra umărului stâng, ba deasupra umărului drept. Întorceam capul involuntar să vad ce este, dar lumina parcă se mişca de partea cealaltă. Acum ştiu că erau entități ce doreau să-mi transmită un mesaj pe care l-am recepționat cu greu. A venit că o străfulgerare, mi-a sunat în minte zicala „îți scapără ochii de foame" şi, după atâta vreme de nemâncare, într-o noapte m-am apropiat de borcanul cu miere, am pus puțin pe buze şi am văzut că nu am mai vomitat. Aş fi dorit să mănânc ceva, dar nu puteam, vomam mereu. L-am căutat pe dl. Popa, dar era plecat în Germania. Am avut norocul să-l vad la o emisiune la televizor, vorbind despre instinct. Atunci mi-am pus întrebarea, eu ce aş fi dorit să mănânc? Dintr-o analiză amănunțită am tras concluzia că mi-ar place ceva amar, dar ce anume nu puteam defini. Până la urma mi-a venit în minte păpădia. După mai multe căutări am descoperit păpădie din belşug în spațiul verde de la blocul meu. De atunci am început zilnic să mănânc 4-5 frunze, iar zarzavaturile care se recomandau în stare cruda le fierbeam şi aşa am început să învăț din nou să mă hrănesc. Ce victorie am simțit când am mâncat 5 stafide într-o zi din borcanele care zăceau alături de mine de atâtea săptămâni, iar toți din familie se uitau cu disperare că erau tot pline cum le ştiau, însa nu mă apropiam de ele că vomitam imediat.

Eram un nou născut care începea să mănânce, trebuia atenție, prudență, inspirație şi multă pricepere. Acestea se învață greu. Pot spune că după 4 ani de regim ştiu să mă hrănesc, dar nu ştiu să mă nutresc. Omul se confruntă cu trei situații în ce priveşte alimentația: una ar fi aceea când mănâncă ce pofteşte din ce are, alta când îşi selectează alimentele, cunoscând şi respectând deja nişte principii alimentare, iar a treia când ştie să coreleze alimentele cu posibilitățile de prelucrare ale organismului său. Nu sunt doi oameni la fel, deci nu pot fi nici două rețete la fel. Vindecarea este mai mult decât a pune în practică o rețetă medicală sau alimentară, trebuie să urmăreşti tot timpul efectul ei, să dai interpretările corecte oricărei reacții şi să nu uiți nici o clipă că tu eşti un tot. Acest lucru se învață foarte greu, mai bine spus toate ți se dau de la o vreme, când dovedeşti că respecți fără abatere legile naturii. Care sunt acestea? Nimic mai mult decât cele 10 porunci enumerate şi în Biblie.

Eşti om, când ai venit la viață ai venit cu programul tau, ca rezultanta a faptelor săvârşite din viețile anterioare, fapte care se şterg din memoria ta, dar eşti purtător al efectelor lor.

Cu toate că începusem să mănânc puțin, de dormit tot nu puteam dormi, nu puteam să evit discuțiile neprincipiale cu soțul meu, căci simțeam şi eu nevoia să am o replică de spus

(acum ştiu că nu era de dorit, dar aşa a fost să fie). Târziu, am înțeles visul avut într-o noapte, când dl. Popa îmi spunea: „Mai termină cu trăncăneala!” Tare m-am întrebat ce ar fi putut simboliza acest vis? De fapt îmi atrăgea atenția să încetez discuțiile în contradictoriu, dar eu nu înțelegeam. Acum totul este foarte clar, cine se apuca de un astfel de regim trebuie să nu se supere, să-şi protejeze resursele care în perioada de dezintoxicare sunt diminuate. V-ați întrebat câtă adrenalină se eliberează în corp când te superi, cât calciu se consumă şi câte săruri se pierd?

Când suntem supărați nu vrem să ştim de nimic, iar consecințele ne poartă pe la uşile doctorilor. Oare aceştia ştiu mai bine decât noi cum ne-am distrus zi de zi corpul?

După două luni de tortură fizică şi psihică, nutrind speranța că va veni ziua cu soare şi pe strada mea, s-a întâmplat ca soțul şi fiica mea să trebuiască să plece pentru o perioadă de timp în provincie. Atunci, după atâta timp, am început să dorm şi eu, am dormit o după-amiază şi o noapte întreagă, spre îngrijorarea mamei mele. Deşi de obicei aveam un somn sensibil, acum nu mă deranja nici un zgomot în jur. Am început să doresc să ies din casa, numai însoțită, lucru pe care îl făceam foarte rar, fiind foarte slăbită şi având în piciorul drept o senzație de amorțeală care mă făcea să nu am stabilitate pe el.

Simțeam bucuria de a trai din nou, mă bucuram de verdeața pomilor, de ciripitul pasărilor, de zgomotul străzilor, de iarba pe care călcam în parc. Eram foarte slabă, ajunsesem la 50 kg. la 1,68 m. înălțime.

Doream să mă duc la serviciu, să-mi reiau activitatea. Zis şi făcut. Am rugat-o pe sora mea să mă însoțească. Nu mă puteam duce singură, nu aveam forță şi stabilitate, dar doream să ies din casă. Aşa că după două luni şi jumătate de absență, m-am prezentat la serviciu pe 15 iulie 1991, reuşind să-i sperii pe colegii mei, pe care nu-i pusesem la curent cu intenția mea de a ține regimul de dezintoxicare. Sora mea mă însoțea dimineața când venea să mă ia de acasă. Plecam cu sacoşa de mâncare, cu scăunelul pliant şi cu punguța de stafide din care luam până la serviciu.

Începusem să consum mâncare fiartă din zarzavaturile de la BG1 şi fructe de sezon. Se declanşase în mine o foame pe care nu o puteam potoli, stomacul îmi era plin, dar eu eram tare flămândă. Am dat curs acestui imbold mâncând cât mai mult, lucru care a mers până într-o zi când am simțit efectul acestui act necugetat. Starea pe care am avut-o mi s-a părut mai grea decât ce petrecusem în urmă. Dacă atunci mintea îmi era clară, acum devenise confuză şi aveam un presentiment de panică. Timp de trei zile nu am mâncat nimic, am trecut din nou

numai pe apa distilată şi pe foarte multe clisme (>12 litri/zi). Clismele au fost şi sunt de baza în perioada de dezintoxicare şi întotdeauna când nu te simți bine. Am făcut clisme aproape un an de zile. După o vreme (circa trei luni) au început să se elimine din intestin cantități importante de mucoasă internă, chiar câțiva metri la un moment dat, şi deşi nu mă durea nimic m-am speriat pentru că nu ştiam dacă este bine sau nu. Acum ştiu că era normal şi era pe linia regimului, corpul elimina şi construia o mucoasă nouă. Şi procesul de digestie era în tranziție, la clismă constatam că ceea ce mâncam nu se digera deloc.

Reuşind să depăşesc criza, mi-am dat seama că la început trebuie să mănânci foarte puțin, dar în acelaşi timp să dai corpului ce are nevoie. Din experiența mea am constatat că nu te vei sătura niciodată cu mâncare fiartă, este doar o iluzie. Atunci când consumi crudități, enzimele pe care acestea le conțin hrănesc cu adevarăt celulele, ele reprezentând forța vitală ce va revigora organismul. În perioadă când corpul funcționează „sub linia de plutire", crudițăile trebuie combinate cu alimentele fierte.

Alimentarea cu crudități îți creează un surplus energetic care te împinge spre o caracteristică YANG accentuată şi aceasta devine periculoasă dacă nu ştii când s-o stopezi.

Cred că o alimentație lacto-vegetariană este foarte potrivită omului, cum cred că este suficient pe zi să mănânci cel mult o singură dată alimente fierte, restul trebuie să-l completezi cu cereale, fructe proaspete sau uscate, cu semințe, salate şi zarzavaturi. Vei fi surprins că te vei simți foarte sătul mâncând în acest fel, fără a mai fi nevoie să faci oale de mâncare pe care să le păstrezi zile în şir în frigider şi să nu-ți mai facă nici o plăcere să le guşti.

Bucuria de a trai trebuie neapărat echivalată cu grija pentru ce mănânci în fiecare zi? Nu a spus marele nostru învățător Iisus Hristos că „viața este mai mult decât hrana şi trupul este mai mult decât îmbrăcăminte”?

Oare toți oamenii aleg din viață goana după valorile materiale? Ştim bine că nu! Nu am cunoscut până în prezent pe nimeni care să facă averi din munca cinstită, deci dacă vrei aşa ceva trebuie să înşeli, să furi şi câte altele. Oare merită să-ți pierzi ce ai mai de preț - sufletul - pentru nişte lucruri efemere? Nimeni nu a luat nimic din aceasta lume să ducă pe lumea cealaltă...

Oare este ceva mai de preț în cursul vieții decât sănătatea? Abia când nu o mai ai începi să faci o reală ierarhie a valorilor şi să constați cu tristețe cum te-ai lăsat furat de situații confuze, de ură şi invidie, de certuri şi răzbunări, de dorința de a avea cât mai mult. Cat de multe trebuie să reconsideri când începe să se ridice

ceața. Toate erau lângă tine, îți vorbeau de la sine, nu le vedeai, nu le auzeai, tu, Omule, trebuia să-ți urmezi Destinul!

Omul nu este singur niciodată. Dumnezeu este întotdeauna în sufletul lui, depinde de el dacă pe valurile vieții vrea să fie singur sau nu. Nu am întâlnit oameni credincioşi care să nu aibă un suflet mulțumit şi să nu fie recunoscători pentru ce au. Revenind la situația mea, aş putea spune că după regimul de dezintoxicare m-am trezit cu o personalitate nouă, mă simțeam şi mă simt alt om. Tot ce am fost până la regim s-a desprins din mine ca o haină uzată, de care nu mă leagă nimic, fără regrete şi durere că aş fi pierdut ceva.

Aveam senzația că m-am născut a doua oară, în acelaşi trup fizic. Simțeam o bucurie imensă pentru tot ce mă înconjura, simțeam că de pe creanga pe care stăteam, din arborele meu, am făcut paşi uriaşi spre vârf. Acest loc l-am cumpărat cu multă suferință şi credință şi vreau să-l păstrez căci o a doua şansă nu ştiu dacă voi mai avea, este că un tren care se opreşte pentru puțin timp într-o gară, dacă-l scapi, scăpat este.

Analizele pe care le-am făcut după 4 ani pun în evidență o stare de sănătate foarte bună, la care am ajuns urmând regimul şi sfaturile date de dl. Popa şi pe care am încercat să le aprofundez printr-o cercetare proprie. Pe lângă vasta cultura pe care o poseda, dl. inginer mai

are şi un har deosebit, acela de a pune un diagnostic fără greşeală. Am văzut zeci de cazuri cărora le punea diagnosticul în câteva secunde, după puls, camp energetic sau fotografie. Dânsul a putut să-i ajute pe cei autoaccidentați, pe ceilalți nu îi poate nimeni ajuta.

La ora actuală exista o mulțime de bioterapeuți şi de vindecători prin transfer de bioenergie. Mare greşeală! Oare nu ştim că atunci când ai nevoie de sânge trebuie să cunoşti grupa sanguină a celuilalt? Aşa este şi la transferul de bioenergie, trebuie să cunoşti nivelul energetic al celuilalt, şi nu numai atât, te poți alege cu noi boli preluate prin transferul bioenergetic, îți pot fi absorbite pentru o vreme durerile tale, care ți se vor întoarce însutit. Nu există vindecare decât prin suferință. Ceea ce fac astăzi bioenergeticienii este doar o transferare a bolii dintr-un organ în altul sau o amânare a destinului, ori, ceea ce este şi mai trist, un transfer la cei dragi din familie. Din clipa în care înțelegi că gândul este o formă vie pe care ai amorsat-o din clipa emisiei trebuie să-ți asumi consecințele. Nici prin iertare nu pot fi anulate efectele gândurilor. Aşa este făcută legea universului, iar în fața ei toți sunt egali. Trebuie înțeles că omul a venit la viață ca să evolueze, iar evoluția este o lecție dură, care nu se face fără durere.

În special cazurile grave au contraindicată bioenergia. De ce omul nu înțelege că el se poate

ruga direct lui Dumnezeu, de ce are nevoie de intermediari, nu înțelege că faptele lui îl reprezintă şi în aceasta relație? Dacă este să obțină vindecarea, cu siguranță că el o va obține SINGUR.

Foarte mulți oameni cred că nu pot trai fără medicamente, că poate ar accepta retuşuri alimentare, mergând până la a renunța chiar la carne, dar nu şi la medicamente. Dacă aşa stau lucrurile, atunci pot spune că terapia naturistă are medicamentele ei şi am să enumăr doar câteva pe care le-am folosit şi de a căror efecte am fost impresionată:

- ***argila*** (foarte bun mineralizant, alcalinizant, dezinfectant, sub formă de pudra poate fi folosită în loc de faringosept aplicându-se direct pe faringe şi lăsată acolo până dimineață, cu foarte bune rezultate în paradentoză sub forma de aplicații directe pe gingie, cicatrizantă în ulcere, redresor al funcțiilor hepato-biliare, etc.);
- ***coaja de ou*** (pentru deficitul de calciu se recomandă folosirea cojilor de la două ouă pe săptămână);
- ***siropul de nuci verzi*** (recomandat în deficitul de iod, în hepatite cronice agresive, etc.);
- ***țițeiul*** (recomandat în afecțiuni pulmonare grave, remineralizant, etc.);
- ***ceaiurile de plante*** recomandate pentru diverse afecțiuni;

- ***sucurile de fructe sau zarzavaturi***;
- ***cereale***;
- ***aplicații cu frunze de varză***, cu rezultate de necontestat în eliminarea toxinelor, prin permeabilizarea țesuturilor;
- ***semințe neprăjite*** de dovleac, floarea soarelui;
- ***nuci***;
- ***fructe şi legume*** de sezon;
- ***produse lactate***;
- ***uleiuri obținute prin presare la rece***;
- ***urina*** (cu rol de autovaccin, se utilizează intern sau extern, conform prescripțiilor din literatura de specialitate pentru fiecare tip de afecțiune). Personal am constatat corectarea pH-lui urinei la valoarea normală, intensificarea funcțiilor rinichilor, producându-se vehicularea unei cantități imense de urină (se poate ajunge până la 14 litri/zi), echilibrarea generală a organismului, reglarea funcțiilor glandelor endocrine, etc. Este de departe „antibioticul" cel mai tare utilizat în medicina naturistă şi lista ar putea continua şi cu alte recomandări;

Regimul lacto-vegetarian ce caracterizează alimentația naturista este un regim cu bătaie lungă, el se impune încet, dar sigur. Cei care sunt adepții acestui regim recunosc binefacerile lui prin tot ce generează el: bucuria de a trai şi nu numai de a exista, o imensă sete de viață, o linişte şi pace interioară, o foarte mare rezistență

la stres, un alt discernământ în ce priveşte cu adevarăt lucrurile importante în viață, şi acestea sunt doar câteva aspecte. Fiecare are propriile trăiri în această direcție, iar măsura faptului că trăieşti în armonie cu legile naturii se află în starea de spirit pe care o ai în fiecare clipă, de seninătatea în față vieții. Starea inversă ar trebui să te pună pe gânduri, să te analizezi unde greşeşti, să nu învinuieşti pe nimeni de ce ți se întâmplă ție, că nu este nimeni vinovat decât tu, totul este posibil acolo unde este credință şi voință.

Câmpul energetic (aura) al omului este cea mai bună expresie a felului în care el a înțeles şi respecta legile naturii. Alimentația îl influențează în mod direct, fiind un puternic factor de corecție a lui. Nu de puține ori auzi zicându-se „gândeşti după cum mănânci". Este foarte adevarăt că hrănindu-te cu alimente de un nivel vibratoriu înalt, te vei situa pe un nivel energetic corespunzător, astfel te vei simți atras de câmpuri energetice similare. În acelaşi timp câmpul tău energetic, dacă este bine consolidat, va caută să aducă corecțiile necesare în mediul din jurul tău. Aşa se transmit ideile tale fără măcar să fii conştient de acest lucru şi ramai surprins observându-i pe cei din jurul tău cum îți asimilează stilul fără să faci nici cel mai mic efort, iar când exemplul personal demonstrează

veridicitatea unei metode, ea se va aplica cu încredere şi cu cele mai mari şanse de reuşită.

S-a constatat că bolile apar mai întâi în câmpul energetic şi apoi în corpul fizic. De aceea este foarte important ca acesta să fie impenetrabil. Gândurile negative, ura, invidia, mania, vrăjitoria, etc. , pot să-ți producă mult rău dacă rezonezi cu ele şi în felul acesta se poate străpunge câmpul energetic. Te poți păzi prin alimentație şi etică, exprimându-ți o atitudine fermă în sensul de a nu răspunde la rău cu rău, la duşmănie cu duşmănie, la răzbunare cu răzbunare, la mânie cu mânie, etc. Nu trebuie să ții minte faptele urâte care au fost făcute împotriva ta cu ştiință sau cu neştiință, pentru că le meriți, ele țin de trecutul tău, iar protecția o dobândeşti învățând cea mai grea lecție, aceea a iubirii aproapelui.

Sistemul imunitar este primul afectat în această situație, el nefiind numai un generator de anticorpi ci şi un cumul de stări sufleteşti şi preocupări care trebuie să fie pe măsură a ceea ce poți duce. Gândurile negative ale celor din jurul tău influențează determinant sistemul imunitar şi iată cum din nou eşti obligat să cultivi legea iubirii aproapelui. De asemenea poți să te înțelegi cu toată lumea, dar dacă voința îți impune un ritm pe care corpul fizic nu îl poate asigura, mai devreme sau mai târziu vei plăti pentru această nesincronizare şi vei fi nevoit să

iei măsurile necesare pentru a se crea un echilibru între „a vrea” şi „a putea”, protejându-ți astfel sistemul imunitar.

Starea de sănătate ți-o poți constata şi singur după o analiză obiectivă a corpului tau, şi anume: transpirația nu trebuie să fie urat mirositoare, să ai 2-3 scaune pe zi, de regulă după fiecare masă, materiile fecale să nu plutească deasupra apei, absenta stărilor de somnolență nejustificată, apetitul normal, fără foame exagerată şi fără senzație de vomă sau greață, nu trebuie să-ți miroasă gura să nu ai expectorații fără de sfârşit sau alte eliminări, nu trebuie să te obişnuieşti cu dureri difuze care pot masca germeni de boli grave, trebuie să-ți analizezi starea sufletească, să predomine o stare de bună dispoziție şi analiza ar putea continua, este suficient să priveşti mai adânc în tine. De fapt boala este un răspuns la încălcarea legilor universului, deci în primul rând fa-ți un rechizitoriu şi stabileşte ce principii de etică nu ai respectat.

Zi de zi omul trăieşte o nouă experiență, la care participă conştient sau inconştient, urmându-şi karma veche şi construindu-şi alta nouă. Datoriile trecute se plătesc prin karma veche, iar ce se va întâmpla în viitor îți construieşti acum. Este oare prudent să fii nepăsător la ce faci şi la ce se petrece în jurul tau, când eşti conştient că într-un anume viitor

te vei întâlni cu efectul faptelor tale? Nu se petrec oare destule lucruri în jurul nostru care stau mărturie acestui fapt, cât timp poți oare fugi de răspundere?

Omul nu trebuie să se epuizeze gândindu-se la ce s-a petrecut în urmă sau ce se va petrece în viitor, evoluția sa are în vedere numai aspectul moral. Prezentul îl poate controla, însă trecutul şi viitorul NU!

Cat trăieşte, omul este preocupat să aibă câți mai mulți bani, să fie bogat materialiceşte, aproape că acesta este țelul vieții lui, dar averea sufletească rar se străduieşte să o sporească şi vine clipa când trebuie să încheie socotelile, să dea pământului ce este al pământului şi lui Dumnezeu ce este al lui Dumnezeu. Dacă averile pe care le-a avut în custodie pe acest pământ este obligat să le părasească, tot aşa este obligat să-şi poarte mai departe averea sufletească, dar cum şi când s-a îngrijit de ea, dacă a alergat tot timpul după altceva?

La apusul vieții îți dai seama uneori că în loc să te fi bucurat de ce ți-a fost dat să ai, de cele mai multe ori ai cultivat mânia, ranchiuna, egoismul, ura, orgoliul, mândria nemăsurată şi ce ai primit în schimb? Cu siguranță fapte pe măsură, pentru că dacă semeni vânt, culegi furtună. Să învățăm să ne bucuram cât suntem împreună, că nu am fost puşi laolaltă întâmplător, că nu putem evolua decât împreună,

altfel lecția o luăm de la capăt, până când vom învăța cea mai importantă lege a naturii, legea iubirii aproapelui. Nu trebuie să iei drept argument că cel de lângă tine nu-ți vorbeşte frumos, nu ştie să se poarte, fii răbdător, că educația din familia lui acum se desăvârşeşte, lângă tine, tu îi eşti noul profesor, nu fugi de datoria ta. Vei vedea că după o vreme se face pace, se vor produce lucruri care te vor uimi şi te vor bucura şi vei recunoaşte puterea Celui De Sus care veghează la Legile Sale.

Croieşte-ți în viața drumul drept şi nu te abate de la el, nu merită!

Sunt fericită o dată în plus că regimul alimentar al d-lui ing. Valeriu Popa este adoptat şi de familia mea, care şi-a schimbat fundamental principiile alimentare dintr-o convingere liber consimțită, datorată şi faptului că au fost zi de zi martorii însănătoşirii şi întoarcerii mele de pe un drum fără speranță. Rezultate deosebite a obținut soțul meu, care din excese alimentare a ajuns cu tensiunea la 24/12, cu o stare de nervozitate deosebită, dureri de cap, transpirații puternice şi urât mirositoare şi răceli frecvente. Reconsiderându-şi alimentația, după 6 luni de zile tensiunea a coborât la 13/8, starea de somnolență i-a dispărut, la fel şi transpirațiile şi ce este foarte curios, i-a dispărut şi sforăitul. La noi acum mâncarea nu mai este o problemă, toți mâncăm dintr-o cratiță, nu se mai găteşte de pe o

zi pe alta, se consuma cel mult odată pe zi hrană fiartă, în rest salate de legume, fructe, produse lactate, ouă şi semințe neprăjite de tot felul.

Efectele alimentației naturiste sunt cunoscute din vechime, bătrânii nostri respectau cu sfințenie posturile nu numai pentru că aşa impunea morala creştină, dar şi pentru că în timpul lor se producea dezintoxicarea organismului. Câți mai respectă aceste reguli? Orice stare de disconfort pe care o simți este sinonimă cu un început de boală, iar aceasta se produce pentru că organismul nu mai poate păstra un echilibru între cantitatea de energie primită şi cantitatea de energie eliminată. Rău că mănânci prea puțin (cum rar se întâmplă), rău că mănânci prea mult. Atunci când apar astfel de situații este recomandată o perioadă de dezintoxicare. Banalele şi destul de frecventele gripe vin să ne atenționeze că s-a umplut paharul, că organismul trebuie să se dezintoxice. Procesul de dezintoxicare în corp este controlat de ficat, când el nu mai face față toxinele se varsă în sânge şi pe această cale este sesizată glanda tiroidă care va încerca să elimine toxinele la nivelul mucoaselor, începând de regulă cu cele de la nivelul nasului, sinusurilor, faringelui. Aici apar de regulă viruşii care se hrănesc cu toxine, contribuind la infectarea sângelui. În acestă faza organismul îşi atenționează sistemul imunitar, care la rândul lui declanşează febra pentru a

arde acele substanțe toxice din sânge. De aceea este o mare greşeală să anulezi acest instrument prin care corpul încearcă să-şi păstreze echilibrul. În aceste condiții e bine să nu mănânci, să consumi foarte multe lichide, să faci clisme, să stai la pat şi la căldură, să faci băi cu sare la picioare, masaje cu apă rece pe abdomen dacă febra a crescut şi să ai răbdare pentru că organismul are propriul pilot automat şi ştie foarte exact cum trebuie să acționeze pentru a-şi redobândi echilibrul. Dându-i antibiotice, spre exemplu, nu dăm posibilitatea corpului de a-şi folosi propriile instrumente pentru reechilibrare, în plus introducem o nouă stare toxică, foarte nefavorabilă pentru un organism epuizat după atâtea zile de febră, un stomac cu suc gastric foarte acid care în prezența antibioticelor va deveni şi mai acid, numai bun de a produce nişe în pereții lui. Deci, iată cum boala este expresia stării toxice pe care o posedă corpul.

Sunt în al 5-lea an de regim naturist, rezultatele sunt foarte bune, mă simt foarte bine, desfăşor o activitate intensă atât acasă cât şi la serviciu şi toate acestea le datorez d-lui Popa Valeriu care mi-a călăuzit paşii în toți aceşti ani, cu răbdare şi autoritate, cu ştiință şi har, cu înțelegere şi pricepere. A doua mea viață a început datorită domniei sale, este al doilea tată al meu şi sunt fericită că fac parte dintr-o familie cu un număr impresionant de copii, toți născuți

din nou prin grija dânsului, căruia nu-i pot mulțumi îndeajuns prin cuvinte. Este un exemplu prin ce face pentru atâția zeci şi sute de oameni, fără să pretindă absolut nimic, pe care din păcate puțini contemporani îl urmează.

Puține cunoaştem şi multe mai avem de învățat, de aceea asemenea oameni merită toată stima şi mulțumirea, pentru că te învață să-ți porți singur de grijă, într-un mod simplu şi corect.

Tot ceea ce sunt în prezent îi datorez d-lui ing. Valeriu Popa, care mi-a călăuzit paşii în ultimii 5 ani, ajutându-mă să-mi reconstruiesc sănătatea prin propriile-mi forțe, urmând regimul alimentar al domniei sale.

Îi mulțumesc din suflet şi îi doresc multă sănătate şi putere de muncă! Tinca Lung, Bucureşti, 11 oct. 1995".

* * *

Numele: Anca
Prenumele: Petre
Data naşterii: 20.11.1948
Profesie: ofițer
Domiciliu: Buzău
Diagnostic: carcinom bronhopulmonar lob superior drept - operat

Istoricul bolii

Boala a debutat în anul 1988 luna decembrie, manifestându-se cu tumefierea articulațiilor membrelor inferioare şi a falangelor membrelor superioare.

Am fost internat şi tratat la Spitalul Militar Iaşi timp de 22 de zile, unde mi-a fost administrată medicamentația pentru „reumatism poliarticular acut secundar infecțios" (penicilină, moldamin, aspirină, etc.). Comportamentul medicilor din secția medicală a acestui spital a fost de o indolență crasă. Foaia de observație nu mi-a fost întocmită (nici tensiunea arterială nu mi-a fost luată), cererea de a mi se face un control pulmonar a fost respinsă cu brutalitate. Să mă explic. Cu o lună înainte de această internare, la Bacău (acolo aveam locul de muncă), pe o microradiografie, specialistul depistează noduli pe lobul superior al plămânului drept şi îmi spune că ar fi de preferat să aşteptam o perioadă pentru a observa evoluția. Internat după o lună în spital, am solicitat un control pulmonar, motivându-mi cererea. Reacția şefului de secție a fost următoarea: „Domnule comandant, ce rost are să va mai iradiem şi noi când suntem supradozați după Cernobîl. Vom găsi noi focarul de infecție. Şi într-adevăr „a avut dreptate", din cavitatea bucală mi-au fost extraşi 4 molari pe motiv că acolo s-ar găsi focarul de infecție care a declanşat reumatismul.

După ieşirea din spital evoluția a fost nesatisfăcătoare. Cu toate medicamentele luate, febra, frisoanele, lipsa poftei de mâncare s-au menținut. În aceasta situație, după aproximativ două luni de zile, în martie 1989, am hotărât să mă internez la Spitalul Militar Central din Bucureşti, în urma unei radiografii pulmonare făcută la policlinica T.B.C. din Bacău.

Aici, în secția pneumoftiziologie, timp de 33 de zile am fost supus la tot felul de investigații, am făcut o cura de citostatice, am fost transferat de două ori la secția chirurgie toracică şi tot de atâtea ori returnată. Abia mai târziu am înțeles că teama chirurgilor a fost atât de mare încât în prima faza au refuzat să mă deschidă. Pe data de 26 aprilie 1989 am fost operat în secția chirurgie toracică, practicându-mi-se o lobectomie superioară dreaptă. Buletinul histopatologic preciza: „Carcinom spinocelular slab diferențiat. Limfadenită reactivă". Ca să vedeți evoluția extraordinar de rapidă a tumorii, comparați următoarele date: pe 21 martie 1989, la internarea în spital, după radiografie, tumoarea avea un diametru de 3 cm; pe 26 aprilie 1989, conform protocolului operator tumoarea avea forma unei elipse, 10/8 cm.

Cauzele îmbolnăvirii

Din punctul meu de vedere, incriminez că fiind cauze ale îmbolnăvirii mele:

1. fumatul
2. factorul psihic

Fumatul, această îndeletnicire nefastă pentru omenire, m-a atras din anii liceului. Consideram țigara că pe ceva nemaipomenit în definirea personalității mele. Mă vedeam bărbat în adevăratul sens al cuvântului, în fața fetelor pozam într-un „dandy" emancipat.

La început am vrut să-mi satisfac curiozitatea, mai târziu aceasta s-a transformat în necesitate, iar acum într-un regret tardiv. Ajunsesem până la 40 de țigări pe zi. Dimineața, cum deschideam ochii luam țigară în gură. Seara, înainte de a ajunge în dormitor trebuia să fumez o ultimă țigară. Foarte frecvent se întâmpla să renunț la mâncare, dar la țigară nicidecum.

Cu timpul au apărut dureri de cap, tuse insuportabilă, oboseală la mersul pe jos, circulația periferică deficitară atât la nivelul membrelor superioare cât şi inferioare. La toate acestea adăugați mirosul greu ce-l degajau hainele, lucrurile din locuință, cavitatea bucală, îngălbenirea dinților şi a degetelor cu care țineam țigara, paloarea tenului şi veți avea imaginea de coşmar a unui fumător.

În tinerețe credeam că nu este bărbat cel ce nu ştie să fumeze; consideram fumatul ca un accesoriu indispensabil al vieții mondene. Acum,

după ce m-am îmbolnăvit, mi-am dat seama cât de mult am greşit şi ce tribut trebuie să plătesc.

Această buruiană, prin nocivitatea sa, prin rana ce o lasă organismului uman, poate fi comparată cu orice arma sofisticată. Parcă toate relele s-au strâns în acestă iarbă. Am un fiu pe care, imediat după operație, l-am rugat să renunțe la țigară, ca-mi ajunge crucea pe care o port eu, dar degeaba. Am un frate şi o soră - mari fumători - care de cum m-au văzut după operație, au hotărât să renunțe la fumat. Au reuşit doar pentru câteva zile - sunt total lipsiți de voință. Este marea greşeală pe care o fac toți fumătorii.

Vreți să ajungeți că mine? Nu vă este suficient exemplul sutelor de mii de oameni ce mor anual de cancer pulmonar fără a mai socoti şi alt tip de cancer ce poate fi provocat tot din cauza țigări?

Atunci va fi prea târziu!

Numai un om în situația mea îşi poate da seama cât de mult valorează viața şi cum atunci când o avem ne batem joc de ea. Îmi vine să urlu când mă gândesc la nesăbuința mea; aşa-mi trebuie, mi-am făcut-o singur cu mâna mea, în perfectă cunoştință de cauză. Dacă ați şti ce bine mă simt acum, după ce nu mai fumez, m-ați invidia!

Nu există decât o singură soluție - renunțați imediat la fumat până nu este prea târziu. Luați

viața în serios, nu vă bateți joc de ea. Dacă nu vă prețuiți propria viață, respectați-o pe cea a copiilor dumneavoastră:

- în primul rând nu-i obligați să va inhaleze fumul de țigară;

- în al doilea rând gândiți-vă că au nevoie de dvs. în viață şi nu de o movilă de pământ într-un cimitir.

Am ajuns şi la cea de-a doua cauză a îmbolnăvirii mele - factorul psihic.

- În anul 1985 mi-a fost accidentată fetița - traumatism cranio-cerebral acut deschis şi comoție cerebrală.

- În anul 1986, în urma unui accident tatăl meu a decedat.

Dar cel mai mult pentru mine a contat ambianța în căsnicie. Gelozia este o armă perfidă care ucide lent, dar sigur.

Am fost căsătorit 23 de ani, dar 22 de ani au fost pentru mine un calvar, 22 de ani am fost condamnat pe nedrept, mi s-au atribuit fapte pe care nu le-am comis. Nu mi-am propus să relatez cum se manifestă această gelozie în toată hidoşenia sa, dar din cauza ei vroiam să termin cu viața.

În timpul interminabilelor discuții care se prelungeau cu mult peste miezul nopții, alegeam că antidot fumatul - fumam 5 țigări în mai puțin de un minut, până simțeam o durere în piept. În acele momente mă rugam lui Dumnezeu:

„Dumnezeule, dacă exişti, ia-mă la tine să scap de toate aceste imputații la care efectiv nu le înțeleg substratul, nu mă lăsa să mai trăiesc în această lume plină de cele mai abjecte insinuări, calomnii, meschinării şi mai ales cu această femeie pe care mi-ai dat-o parcă anume să-mi probeze rezistența psihică”.

Că există Dumnezeu este o certitudine, m-a auzit şi m-a ajutat să-mi plătesc greşelile făcute datorită faptului că nu am ştiut alege calea onorabilă de a scăpa de coşmar, că nu am ştiut să-mi prețuiesc sănătatea, dar mai ales că nu am ştiut să acord respectul şi recunoştința cuvenite darului sau cel mai de preț, VIAȚA.

Evolutia postoperatorie

Acum, după ce l-am găsit pe dl. ing. Valeriu Popa, pot spune că viața mea a luat alt curs. Încerc totuşi un sentiment de regret pentru faptul că nu l-am întâlnit înainte de operație, dar cum niciodată nu este prea târziu, este bine şi acum.

În primii doi ani după operație am urmat 7 cure de citostatice şi 20 de şedințe cobalt (48 Gray). Teoretic mă simțeam bine dar practic începusem să slăbesc, V.S.H.-ul era mereu în creştere, dorința de a trăi se diminua zi de zi datorită certurilor din familie. De fapt în aceasta perioadă am şi fumat, sperând că voi pune capăt pentru totdeauna necazurilor mele.

În martie 1991 îl cunosc pe ing. Valeriu Popa, care mi-a schimbat complet viața. După o serie de analize care evidențiau probabil o metastază hepatică (timol = 16, hematocrit = 22%, leucocite = 15.600/mm 3, trombocite = 19000/mm 3, T.G.P. = 2 U.I., proteina „C „reactivă - prezentă, etc.), am început regimul naturist de autovindecare pe 26 aprilie 1991.

Dacă medicii mi-au dat că rata de supraviețuire 4 - 12 luni, acum am împlinit 7 ani.

Înainte de începerea regimului, timp de o săptămână, zi de zi, am ascultat sfaturile recomandate de dl. Popa şi explicațiile detaliate ale d-nei Tudor referitoare la regimul naturist prescris de dl. inginer. Facând o comparație între cele citite despre cancer şi ce auzisem în parc, am ajuns la concluzia că trebuie neapărat să încep acest regim, mai ales că eram destul de slăbit după cobalt şi citostatice.

Indubitabil, surpriza mea a fost totală când fără să-i relatez nimic, dl. ing. Popa mi-a spus următoarele: „Da, când ai fost mic ai avut o scarlatină care ți-a lăsat o pată interioară pe sânul stâng, iar la vârsta de 31 de ani, nu, 32 de ani, ai avut probleme cu plămânul drept.

Fantastic, la vârsta de 32 de ani am avut pneumonie la plămânul drept, lob superior, care a fost tratată la Spitalul Militar Constanța. Poate nu ajungeam aici, dar după trei ani de la această pneumonie m-am apucat iar de fumat. În

nemernicia mea credeam că prin fumat depăşesc mai uşor situațiile conflictuale din căsnicie, devin mai interesant, creste importanta persoanei mele în fața semenilor, fără să iau în calcul că pe lângă sănătatea mea afectez atât bugetul familiei cât mai ales sănătatea copiilor.

Cei care citiți aceste rânduri - luați aminte ce vă spun - din cauza fumatului se pare că o am pe conştiință pe fetița mea, care, de curând a urmat 5 luni un tratament cu ioniziazidă, stare alergică generată şi de fumul de țigară. Încă o data se confirmă adevărul potrivit căruia noi, cei care fumăm, pricinuim un rău mult mai mare celor din jur.

După uimirea ce mi-a produs-o dl. ing. Popa „citindu-mi" organismul că pe o carte deschisă şi concluzionând, „fizic eşti terminat, dar energetic mai poți lupta", m-am hotărât să lupt şi până în prezent am învins.

Am început regimul pe 26 aprilie 1991, post cu apa distilată timp de 21 de zile. După această perioadă pe care am suportat-o incredibil de bine, am început seria de 7 zile cu zeamă de la 3 linguri de orez fiert. Nu este lipsit de importanță să precizez că în această perioadă am mers la serviciu şi făceam plimbări zilnice pe jos între 3,5 - 5 km.

Mi-a rămas întipărit în minte un moment petrecut în cea de-a 19 zi de post când am fost la

dl. inginer să-mi dea ce regim să urmez în continuare.

O doamnă îi explica d-lui Popa: „D-le inginer, soțul meu este în cea de-a 14 zi de post şi nu se mai poate ține pe picioare, ce să mă fac cu el?” Acesta îi răspunde: „Este ceva normal, este perioada când se elimina toxinele, dacă vrea să se vindece să meargă mai departe”.

Un tânăr relata: „D-le inginer, tatăl meu este în a 9-a zi de post şi anemia este într-un asemenea grad încât eu şi mama trebuie să-l susținem pentru a se deplasa la baie”. Răspunsul d-lui Popa este scurt: „Ai auzit ce i-am spus d-nei din fața ta, procedați în consecință.

Eu atunci am meditat: „De ce nu am nimic după 19 zile, când am condus maşina de la Bacău la Bucureşti, 300 de km. şi în aceeaşi zi m-am înapoiat, deci în total 600 de km?” Răspunsul mi l-a dat dl. inginer la următoarea întrevedere: „Mişcarea te-a ajutat foarte mult, iar faptul că nu ai renunțat la serviciu nu poate fi decât în avantajul tau.

Aşadar am început regimul într-o perioadă când V.S.H.-ul era mărit (38/ora), radiologul se pronunțase la ultima radiografie că ar exista un aspect proliferativ la plămânul drept, începusem să scad în greutate, se accentua lipsa poftei de mâncare, iar psihicul se găsea într-un echilibru precar. În mare, va voi relata comportamentul meu pe timpul regimului:

26.04.1991
Greutate - 84 kg.
Tensiune arterială - 12/7
Perimetru toracic - 102 cm.

În a 4-a zi s-a instalat timp de 3 zile o durere în zona palatinului şi au apărut cu intermitenta uşoare amețeli.
Greutate - 82 kg.

În a 10-a zi gustul apei a devenit amărui.
Greutate - 77,1 kg.
Am început să suport din ce în ce mai bine cele două clisme zilnice.

În a 11-a zi mi-am făcut analizele la sânge.
Rezultate excelente.

În a 13-a zi, greutatea: 75,7 kg. Au început să apară cu intermitență dureri, arsuri, înțepături în oase (clavicule, omoplați, coloană, bazin).

Ziua a 20-a, greutatea: 72,5 kg. La sfârşitul celor 7 zile cu zeamă de orez greutatea a ajuns la 69,4 kg.
Am început regimul BG1 pe care l-am ținut 45 de zile. În a 10-a zi de BG1 greutatea era de 67,7 kg.

Trebuie să spun că suport din ce în ce mai greu comportamentul soției. Efectiv nu mă mai pot culca cu ea şi-mi reproşează că mă duc la altele sau mă păstrez pentru altele. De 38 de zile nu aud decât enormități care mă fac să cred că efortul meu va fi zadarnic.

A 17 zi de BG1. Greutate: 65,2 kg. Constat că scăderea în greutate este mai accentuată în zilele de sâmbătă şi duminică, deci atunci când nu merg la serviciu şi fac mai puțină mişcare. Viața în familie a început să devină un calvar. Vreau să-l vad pe acela care în situația mea ar face față la atâtea femei câte îmi imputa soția mea.

A 23-a zi de BG1 şi a 51-a zi de când am început regimul. Greutatea: 64 kg. Au apărut senzații de vomă şi amețeli. În aceasta zi am căzut (eram în casă) de 2 ori.

A 25-a zi de BG1. Greutatea: 62,6 kg. Nu mai rezist psihic din cauza soției. Am stat o jumătate de oră cu pistolul pe masă. Scandalul ce-l isca zilnic mă ucide. S-au instalat durerile de cap.

Ziua a 30-a. Greutatea: 61,3 kg. Tensiunea arterială: 10,5/8. Au apărut amețeli, dureri de cap, înfundarea urechilor când eram în poziție verticală.

Ziua a 38-a. Greutatea: 59,8 kg. Nici o haină nu mai stătea pe mine, iar soția îmi dă de înțeles că am ajuns o povară pentru ea. După ce am ajuns la un moment dat la 57,5 kg., am început să iau progresiv în greutate. Dacă în toată această perioadă aş fi avut şi linişte sufletească în familie, ar fi fost extraordinar, nici un sacrificiu nu mi s-ar fi părut inutil.

Mărturisesc că am avut în două rânduri gândul sinuciderii, efectiv nu mai puteam. Să tot aud mereu: eşti un canceros, îmi fac atâția curte, o să mă c... pe mormântul tau, să te duci dracului. Şi cum orice răbdare are o limită, am renunțat la un astfel de trai, intentând acțiune de divorț. De atunci am început să iau în greutate, nu mai am dureri de cap, am poftă de viață şi trag speranța să-mi vad fetița mare şi la casa ei.

Ca să vedeți cât contribuie liniştea în căsnicie, îmi permit să fac aici o mica digresiune. În august 1992, la o internare în spital, electroencefalograma mi-a ieşit cu modificări. Medicul psihiatru mi-a recomandat că pentru liniştea sufletească de ambele părți să facem şi o tomografie cerebrală, dar în luna septembrie când vor avea specialist. La tomografia din septembrie rezultatele ies bune. L-am întrebat pe medic:

- Domnule doctor, care a fost cauza modificărilor de pe electroencefalogramă?

- Eu ştiu, domnule colonel, fie o lipsă de calciu, fie un stres prelungit, fie…

- Pot să va dau o pistă, domnule doctor?

- Da, spuneți!

- De când am intentat acțiune de divorț, nu mai ştiu ce este aceea durere de cap.

- De ce nu spuneți aşa, domnule draga, deci stresul prelungit vă genera acea migrenă.

Vedeți aşadar, dragii mei, cât valorează o ambianță plăcută, un climat sănătos şi un țel bine definit în viață! Nu de puține ori, mergând la control, îi surprind pe medici cu analizele excelente, cu felul meu de a gândi despre boală şi cu încrederea pe care o am în viitor.

Unora le-am povestit ce conduită am adoptat. Dintre aceştia câțiva m-au aprobat, poate mai mult din complezență, dar cei mai mulți au fost categoric împotriva unui astfel de regim.

Unui chirurg bine cunoscut, într-o discuție i-am spus:

- Domnule doctor, se pare că maladia canceroasă are drept cauza şi o alimentație necorespunzătoare, de aceea am ales calea naturistă.

Vreți să ştiți ce răspuns mi-a dat? Îl reproduc întocmai:

- Fugi bă d-aci, că asta ar putea fi valabil eventual pentru un cancer la stomac sau intestin, dar nu la plămân cum ai tu!

Nici unuia dintre cadrele medicale cu care am venit în contact nu i se pare credibil că am rezistat 21 de zile cu apă distilată, plus 7 zile cu zeamă de orez, iar analizele să se încadreze în limite normale.

Ca să vă conving cât de benefic este un asemenea regim va mai dau un exemplu: imediat după iradierea cu cobalt mi-a apărut pe față şi la rădăcina podoabei capilare o dermita seboreică. Timp de doi ani am urmat cu îndârjire tratamentul prescris, dar degeaba. Ce nu a reuşit tratamentul medicinii alopate a reuşit regimul naturist al d-lui Popa.

La ora actuală nu mai am nimic pe față şi asta ca un paradox, pentru că un medic dermatolog îmi spusese:

- Domnule, nu-ți face iluzii cu tratamentul şi cu această dermită pentru că o să te însoțească până în mormânt.

Fără comentarii!”

Încet-încet, s-au mai aşternut pe hârtie mărturii de viață, o viață care chiar dacă este frumoasă, nu iartă când greşim. Simt nevoia să mă odihnesc puțin. Natura din jurul meu mă îmbie la reverie. După o iarnă blândă, primăvara îşi face tot mai simțită prezenta prin soare, adieri uşoare ale vântului purtând miresme proaspete şi călduțe ale naturii care se trezeşte din amorțeală. Geamul de la camera mea este

întredeschis. Aerul proaspăt pătrunde în încăpere, perdeaua albă tremura uşor, razele de soare se joacă în fereastră. Lacrimi de împăcare mi se revarsă din gând. Simt în aceste momente că toate sunt la locul lor, şi bune şi rele, că pe fiecare dintre noi ne aşteaptă pacea după tumultul încercărilor vieții (februarie 1997).

Cap. VII - GREŞELILE SE PLĂTESC

Doamna inginer Elena Grigore ajunsese, din cauza bolii, la numai 30 de ani, în pragul morții. După repetarea analizelor la pancreas şi căi biliare, prof. dr. Buligescu i-a spus soțului: „Este într-o situație fără ieşire, nu exista nici un fel de tratament pentru tumori de pancreas. Şi nici nu se poate opera. „Şansele dânsei de viață, acordate de medici, mai însumau, poate, 2 - 3 luni. Iată ce ne povesteşte dânsa:

„Acestea fiind şansele acordate de medicină, am ieşit la cerere din spital, mai mult moartă decât vie, abia putând să fac câțiva paşi, neodihnindu-mă noaptea din cauza durerilor. Ajunsă acasă, fără nici o îndrumare, am început un regim de cruditați. După o perioadă de câteva luni de bine, au început din nou durerile, deci ceva nu mai mergea, greşeam undeva şi nu ştiam unde. Neacceptând gândul morții, am apelat din nou la medicina care mi-a dat acelaşi răspuns: „nu există nici un tratament şi nici intervenție chirurgicală nu se poate face". Profesorul Setlacek a mai spus: „Nu o pot opera, dacă nu a murit până acum, nu ştiu ce să mai cred, de ce natură e tumoarea. Tratament nu există, operație nu se poate face, poate Dumnezeu are o soluție".

Dansul nu ştia ce regim am ținut, probabil că nici nu m-ar fi crezut”.

În această situație, doamna îl caută pe Valeriu Popa: „Cu dragostea pe care o aveți pentru oameni, va rog să analizați cazul meu, crezând în dvs. că mă puteți salva. Iubesc viața, vreau să trăiesc. Salvați-mă, domnule Valeriu Popa!”

Adusă pe brațe de soțul ei la V.P., acesta îi spune: „Din punct de vedere fizic eşti moartă, energetic mai ai zile, dar trebuie să lupți din toate puterile tale că să te autovindeci”. Despre această lupta, Elena Grigore ne relatează din însemnările ei:

„Sunt 40 de zile de când am început tratamentul cu apă distilată. Rezultatele sunt extraordinare. Dacă pe 23 februarie abia mă puteam ține pe picioare, nu mâncam nimic pentru că nu aveam nici un fel de poftă de mâncare, nu dormeam deloc, aveam dureri violente, mergeam numai susținută de cineva, după numai 20 de zile de regim, după revenirea din post, am putut să merg singură la dl. Popa. Pofta de mâncare mi-a revenit după o săptămână, am început să am chiar putere şi curaj să merg nesprijinită. Este pentru prima dată de mulți ani când mă simt bine, sunt zile întregi când nu am dureri. Nici nu-mi vine să cred !...

Ies pe stradă şi reuşesc să merg 2 staţii pe jos. Nu obosesc. Sunt uimită că nu mă apucă durerile! Înainte, după ce mergeam câteva sute de metri, mă aşezam în mijlocul drumului din cauza durerilor. Primesc vizita unui prieten şi pot discuta 3 ore. Niciodată nu mă puteam concentra atâta timp!

7 aprilie.

Nu am dormit deloc din cauza durerilor. Am avut senzaţia ca-mi plesneşte abdomenul; usturimi şi arsuri. Am venele foarte pronunţate. Tuse, temperatură 39 de grade.

15 aprilie.

În sfârşit, după 10 zile de dureri mari, continue, m-am sculat bine. Mi-a revenit pofta de mâncare. Tusea a început să-mi treacă. Beau suc de orz şi mă simt în putere. Mi-a spus doar dl. Popa că am de dus luptă grea cu boala, deci trebuie să lupt! În luna mai au fost zile întregi când m-am simţit foarte bine, mă puteam concentra, nu oboseam prea tare, aveam pofta de mâncare, iar starea sufletească era foarte bună. Dar au fost şi zile grele. Pe 2 mai, după amiază, mi s-a declanşat o criză puternică de pancreas, care, alături de durerea de cap, mi-a dat momente îngrozitoare. Abdomenul îmi era tare, credeam că plesneşte. Durerile nu au cedat nici măcar la comprese, dar îmi spuneam mereu:

trebuie să învinG, este o criză de eliminare, trebuie să suport totul, dl. Popa mi-a spus să mă aştept la dureri insuportabile, care sunt fireşti în vindecare. Cu greu, au trecut şi astea...

Este ziua numelui. Am invitat prieteni: toți mănâncă tort de ciocolată, dulciuri... Eu sunt chiar la ziua când „mănânc" apă, aşa că... Nu mă interesează ce spun ceilalți, ei introduc în corp toxine, rezultatele se vor vedea mai târziu. Nu mă compătimeşte nimeni, ba chiar simt că mă admiră pentru ceea ce fac, deşi nimeni nu ştie exact regimul pe care îl urmez. Ei doar se minunează că mai sunt în viață. Îmi este totuşi poftă de tort! Doamne, ce greu îmi este să mă abțin! Este doar tortul meu! Dar nu, trebuie să învinG! Am învins!

21 mai.

Animalul a învins rațiunea. Ştiți ce-am putut să fac, d-le Popa? Am mâncat tort de ciocolată şi ruladă de cacao! Asta am făcut! Rezultatele s-au văzut imediat: dureri foarte mari în tot abdomenul, insomnie, oboseală mare, palpitații, tahicardie, nici pofta de mâncare nu mai am. Noaptea mă trezesc durerile din somn! Dureri insuportabile de cap, stare de vomă continuă. În plus, o stare depresivă accentuată, dureri ca înainte de începerea tratamentului. Mă aflam din nou în fața morții. Aş vrea ca ceea ce spun eu aici să fie un avertisment pentru cei care pornesc la

un astfel de drum. Domnul Popa mi-a spus că nu am voie să mă abat nicicum, pentru că în situația în care mă aflu, este suficientă o mică abatere ca să dea peste cap tot efortul făcut. Cum de nu am reuşit să mă înfrâng? Mă simțeam extraordinar, eram aproape un om normal. Nu ştiu dacă dl. Popa mă mai salvează pentru a doua oară. Ceea ce doctorii nu au reuşit în atâția ani, Valeriu Popa a făcut în 2 luni, iar eu am dat totul peste cap într-o zi, într-o oră! Am mare nevoie de dvs., d-le. Popa!

22 mai.

Am vorbit cu dl. Popa şi mi-am recăpătat încrederea în mine, în tratament. Am ajuns la dânsul cu pulsul, cred, 160 şi am plecat liniştită, încrezătoare. Ce s-ar fi întâmplat cu mine şi cu toți cei în situația mea, dacă dânsul nu ar exista?"

Alte amănunte despre încercările prin care a trecut aceasta tânără aflam şi din scrisoarea adresata d-lui Popa de către un apropiat al familiei, martor al procesului de vindecare. Prezint în continuare câteva fragmente:

„... Am scris aceste rânduri determinat de incredibilul eveniment la care am fost martor.

În ziua de 14 aprilie 1989, am făcut o vizită prietenei mele de familie, Lili Grigore, aflata în criza de 4 zile. Diagnostic - pancreatită tumorală şi edematoasă, tumoare ficat lob drept, infiltrație

peripancreatică din anul 1987, an în care a fost şi pensionată gradul II, la vârsta de 31 de ani.

Pe data de 9 aprilie a fost chemată Salvarea. Doctorița a consultat-o şi i-a spus soțului că nu mai are nici o şansă de a trăi. I-a făcut morfină şi a întrebat dacă am auzit de dl. Valeriu Popa. Lili a auzit şi, lăcrimând, a spus că trăieşte datorita acestui mare Om.

Personal consider că dacă Lili trăieşte, aceasta se datorează în principal dvs. şi în al doilea rând ei pentru modul în care a luptat cu moartea şi a aplicat toate sfaturile dvs., inclusiv şedințele de concentrare şi imaginație. Pregătirea mea (sunt inginer totuşi) nu îmi permite să îmi explic miracolele de care dvs. sunteți capabil...

Am văzut oameni în pragul morții, veniți la dvs., care acum trăiesc, se bucură de viață.

Deci revin. În ziua de 14 aprilie 1989, la orele 13, am sunat la uşa prietenei Elena Grigore. Mi-a deschis cu greu, iar înainte de aceasta am auzit un zgomot. În drum spre uşă, aflându-se în criză, a căzut şi s-a lovit de cuier. Mi-am dat seama de starea gravă în care se afla. Am hotărât că trebuie să o duc urgent la dvs. Precizez că nu am putut să îi cer părerea deoarece era în stare de semiinconştiență, nu îşi mai simțea picioarele şi mâna stângă, era epuizată fizic. Am dat telefon unui coleg de serviciu şi l-am rugat să vină repede cu maşina ca să o pot transporta. La orele 14 eram la dvs., erați în spatele blocului,

consultând circa 200 de persoane. Pentru că Lili era pacienta dvs. de 2 ani, iar pe mine mă cunoşteaţi, fiindcă am ajutat-o de foarte multe ori să ajungă la dvs., m-am strecurat printre oameni şi v-am spus: „Lili este în stare foarte gravă. Este aici, în maşină". V-am văzut îngrijorarea pe faţă şi, lăsându-i pe ceilalţi să aştepte, aţi venit la maşină, unde Lili abia mai respira. M-au impresionat cuvintele cu care v-aţi adresat: „Lilişor sunt eu, mă auzi? Trebuie să trăieşti. Era aproape moartă. A urmat un ritm de mişcări deasupra capului, cu masaje, palpare, bătăi uşoare pe mâini, picioare, abdomen. Plimbaţi mâna peste mâna ei stangă şi am văzut cum, încet-încet, la comenzile dvs. a început să mişte degetele, apoi mâna. Am văzut cum corpul vibra că un arc, a început să mişte picioarele. I-au dat lacrimile şi a spus: „Îmi simt picioarele", eraţi lângă ea şi aţi salvat-o din nou. Treptat a început să vorbească cu dvs. Am văzut cu ochii mei cum un om aproape mort revine la viaţă. V-aţi dus până acasă şi aţi revenit cu un pahar de suc de grapefruit, miere şi nu mai ştiu ce, „încărcat" cu energie; a recunoscut locul unde se afla.

La aceasta revenire la viaţă au asistat foarte mulţi dintre cei aflaţi acolo. După 2 ore, toţi au văzut cum Lili a coborât din maşină, ajutată de dvs., greu, şi apoi din ce în ce mai sigură, a făcut alături de dvs. o plimbare cam de 30 de metri în văzul tuturor. Toată lumea era încremenită.

Nimeni nu scotea o vorbă, era un miracol la care participaseră toți cei prezenți.

Am revenit a doua zi, având la noi un buchet de lalele drept recunoştință. Le-ați ținut puțin în mana şi le-ați înapoiat. Aceste flori au fost folosite când avea dureri. Cu mana „ați palpat" din nou zonele dureroase, foarte concentrat, ajutând la calmarea durerii; palpări, masaje, plimbări ale mâinii deasupra zonei pancreasului şi a ficatului. I-ați făcut câteva recomandări în privința alimentației, compreselor şi ceaiurilor ce urma să le folosească.

A treia zi a revenit cu soțul. De acesta data i-ați dat o creangă de plop, sfătuind-o să o folosească în zilele în care durerile sunt violente.

Am fost martorul unor evenimente pe care nu am capacitatea să le înțeleg. De un lucru sunt sigur, medicina nu mai putea face nimic. Lili trăieşte, urmeaza o alimentație bazată pe legume şi fructe şi beneficiază de serviciile acestui Om. Am fost martor de foarte multe ori când boala necruțătoare creea dureri insuportabile şi cum un consult de 5-10 minute le reducea la limita suportabilului, după care cedau.

Aceasta tânără (inginer chimist de profesie) are atâta putere de luptă, atâta dorință de viață, ambiție, dar, bazate pe un suport solid - ajutorul d-lui ing. Valeriu Popa.

A luptat pentru viață şi luptă; luni de zile a băut numai apă distilată, a mâncat graham şi

mere, a ținut posturi, apoi un regim alimentar sever. Pe cine interesează cazul o poate contacta direct. Acum poate da detalii, povesti, explica ceea ce a făcut...

În finalul acestei scrisori va mulțumesc încă o dată pentru aceasta dorință de a ajuta oamenii rămaşi fără speranță pentru ce au mai de preț, viața".

ing. Ilie Eugen

Uneori, hotărârile omului în față timpului sunt precum gheata în față soarelui. Pe moment, gheata îl înfruntă mândră, cu strălucirea şi soliditatea aparentă ce o caracterizează. Dar, după o vreme, ea devine treptat o şuviță de apă ce se prelinge în pământ, într-o apă mai mare sau se evaporă. Ce a mai rămas din gheață?

La fel sunt şi multe din hotărârile omului. Pe moment par de nezdruncinat, corecte şi definitive. Dar, cu timpul, dacă mai sunt amânate, unele capătă şi alte înțelesuri, ajutându-te să-ți reformulezi anumite păreri, decizii, să le vezi într-o altă lumină. Devii mai conciliant, mai dispus să mai laşi şi de la tine, iți vine în minte o soluție mai amiabilă sau se iveşte o conjunctură la care nici nu te-ai gândit înainte, mai avantajoasă şi mai lipsită de tensiuni. Poți chiar să renunți la hotărârea luată mai deunăzi, considerând-o acum neimportantă. De aceea cred

că atunci când luați hotărâri importante pentru viața voastră, care va pot schimba în mod hotărâtor soarta, după ce v-ați decis, mai aşteptați 2-3 zile, dormiți noaptea liniştiți, aveti răbdare şi vedeți cum mai gândiți după cele câteva zile trecute. Poate veți găsi o soluție mai bună. Eu am fost surprins să constat, mai totdeauna, că atunci când am respectat acest principiu, aşa s-a întâmplat.

Cap. VIII - DIN ÎNTAMPLĂRI ADEVĂRATE

În adolescență, iar unii dintre noi chiar şi mai târziu, năzuim sincer să găsim un om care să ne ajute să dezlegam enigmele şi întrebările ce ne frământă, să ne vindece sufletul şi trupul de bolile pe care le ducem cu noi, să ne convingă prin exemplul faptelor sale.

Dacă îl găsim, uneori va face acest lucru ca să ne demonstreze că poate, dar nu că să ne absolve de propria răspundere. Mai devreme sau mai târziu va trebui să învățăm, să plătim singuri prețul propriilor greşeli, iar această învățătură ne-o poate împărtăşi el. Există pe ogorul sufletului şi trupului nostru unele buruieni vechi şi adânci, de a căror existență nici măcar nu mai suntem conştienti. Ele sunt cel mai greu de înlăturat, căci ne-am obişnuit atât de mult cu prezența lor încât nu mai facem nimic pentru a scăpa de ele. Şi ne întrebăm adesea de ce pățim cutare sau cutare necaz. Din cauza neconştientizării lor.

Există vreo soluție? Da. Ne poate ajuta cineva să o aplicăm? Da. Acela care dovedeşte în mod repetat prin fapte că ştie şi poate ceea ce noi nu suntem în stare. Dar aplicarea ei cere multă pregătire şi răbdare.

Care este soluția? Bolile psihice şi fizice ne aparțin. Noi le-am produs în trecut, pe drumul vieții, al evoluției, al învățării, cel mai adesea din necunoaştere. Deci în final tot noi trebuie să ne vindecam de ele. Aici ne poate ajuta un învățător, când suntem pregătiți. Ne face conştienți de rana noastră ascunsă şi uitata deschizând-o, curățind-o şi punând puțină sare pe ea. Mai departe treaba o facem noi, ajutați de el, când avem nevoie. Aceasta este autovindecarea reală. Cu timpul, pe măsură ce ți-ai învățat lecția începi s-o aplici singur, când simți că este nevoie, ajutat de Natură şi de propria pregătire.

Scriind aceste rânduri, mi-au venit în minte vorbele bunului părinte Cleopa, când povestea despre momentele de rămas bun petrecute cu duhovnicul sau, pe când era mai tânăr. Cerându-i un ultim cuvânt la despărțire, acesta i-a răspuns: „Răbdare, răbdare, răbdare. Dar nu până la prăşit, ci până la sfârşit". Un coleg care se afla cu părintele Cleopa a îndrăznit să insiste: „Cum, numai atât?" Iar duhovnicul a răspuns: „Da, răbdare, răbdare, răbdare. Şi când vi s-a părea c-ați gătat, luați-o de la capăt; şi iarăşi; răbdare, răbdare, răbdare".

La începutul acestui capitol, mi-am amintit de mărturisirea făcută de dl. Alexandru Mironov, într-una din publicațiile apărute după 1990. Ea este semnificativă pentru subiectul acestei părți a cărții, aşa că o voi prezenta în continuare.

„La şedinţele publice ale cercului de cercetări ştiinţifice Univers XX din Sibiu, prof. univ. Ion Mânzatu prezintă în premieră, pe un inginer capabil să pună diagnostice corecte! Profesorul organizează un fel de show, spectatorii se amuza la început, apoi sunt uluiţi, la urmă chiar se neliniştesc de-a binelea, pentru că „ochiul" inginerului Popa vede adânc în interiorul corpului omenesc, iar sănătate perfectă nu are nimeni. Mie îmi va spune (fără să mă cunoască): dezvoltare asimetrică (explicaţie: am fost scrimer de performanta timp de 22 de ani, de aceea reflexele, muşchii îmi sunt mai dezvoltaţi pe partea dreaptă) şi o cicatrice pe plămân în dreptul inimii (cu exact un sfert de veac în urmă avusesem un infiltrat intrahilar paracardiac)".

Pe fondul acestor trăiri personale, primind o casetă video în care erau înregistrate mai multe cazuri de boli foarte grave, unele dintre ele considerate de medicina clasică incurabile şi văzând rezultatele extraordinare obţinute de bolnavi urmând tratamentul naturist indicat de ing. Popa, dl. Mironov şi-a luat răspunderea să prezinte câteva din aceste cazuri la postul de televiziune, în cadrul emisiunii „Universul cunoaşterii".

*** * ***

Unul dintre oamenii care au trăit multe clipe frumoase, dar şi dramatice alături de dl. Popa, este poetul Adrian Păunescu. Dânsul obişnuia să îi spună „tata Valerică”. De ce? Pentru că avea doi taţi. Unul care i-a dat viaţă şi altul care îi întreţinea viaţa.

Odată, fiind în turneu cu cenaclul la Bacău, dl. Păunescu a aranjat să i se pună la dispoziţie Casa de Cultură a oraşului şi posibilitatea de a se întâlni acolo cu toţi cei care îl caută pe ing. Popa, convocându-i în acelaşi timp şi pe toţi medicii valoroşi şi oficialităţile sanitare din oraş, transmiţându-le calda rugăminte ca, dacă au ceva de spus, să zică în cadrul respectivei adunări. Să-l nege, dar să o facă pe faţă şi să-i dea posibilitatea să se apere. S-au strâns cam 700-800 de oameni, iar pentru cei care veniseră mai târziu şi nu mai încăpeau în sală, s-au instalat difuzoare pe hol. Dl. Păunescu a lăsat cenaclul care se desfăşura la „Sala Sporturilor” şi a venit să-l vadă pe nenea Popa, împreună cu câţiva colegi. Împrăştiaţi prin mulţime au început să strige: „Demonstraţie, demonstraţie! Să pună diagnostic!” Valeriu Popa n-a ştiut cine-l provocă şi a răspuns: „Eu pot să pun diagnostic, dar sunteţi 1500 de oameni! Aş propune, dacă sunteţi de acord, să vad măcar copiii”. Şi copiii s-au aşezat într-o parte a sălii, într-un şir lung, iar Valeriu Popa stătea pe scenă, cu ochii închişi, tremurând uşor. La un moment dat în sală s-a

făcut linişte. Dl. Popa nu se uita la copii, nu-i vedea, însă îi spunea fiecăruia boala de care a suferit, slăbiciunile, unde s-a lovit la cap. O clipă s-a oprit, apoi a spus: „Aceasta fetiță are leucemie. Mama să mărturisească aici că a avut o sarcină toxică la trei luni, şi la şase luni a trecut iar prin încercări grele. Mama e constipată şi fumează. Poate va întrebați ce legatură este între constipație şi fumat, pe de o parte, şi boala aceasta îngrozitoare. Pai iată care este explicația. Nu este nimeni din familie?" „Ba da", s-a ridicat o femeie, „sunt eu, bunica fetiței. Într-adevăr, domnule doctor..." „Nu sunt doctor, sunt inginer". „Într-adevăr, domnule doctor, aşa este. Venim de la Spitalul Fundeni cu fetița şi are leucemie. Maica-sa e zdrobită, nici n-a putut ajunge aici. Şi într-adevăr, mama ei, pentru că eu sunt bunica, mama ei fumează şi e constipată, scuzați-mi expresia. „La cele spuse de femeie, V.P. îi răspunde: „Toxinele trec din mama în făt, din moment ce mama-i constipată. Sângele fătului se îmbolnăveşte".

Atunci au fost puse 70-80 de diagnostice şi toate erau confirmate de părinți, iar unele, care nu erau cunoscute, au alarmat familiile în cauza şi ulterior, dl. Păunescu a primit de la câțiva părinți confirmarea că diagnosticul dat a fost corect, dar atunci ei nu ştiau despre copiii lor că sunt bolnavi.

* * *

Altă dată, într-un alt loc din țară. Timişoara, 1984. Dl. Păunescu povesteşte. „O familie, soț şi soție, intra la dl. Popa pentru o consultație. La un moment dat, femeia, foarte surprinsa de tot ce afla şi aproape fericită că afla, deşi nu erau lucruri prea plăcute, a zis: „Vai, ce rău îmi pare că fetița noastră nu e aici! Ați fi fost poate de acord s-o vedeți şi pe ea”. La care i s-a răspuns: „Sigur că da, copiii trebuie văzuți totdeauna primii”. Oamenii se pregăteau să plece şi Valeriu Popa, închizând ochii, a zis: „Ia gândiți-vă la fată”. Şi a pus mana pe mana femeii, la încheietură. N-ați prins-o bine, n-ați prins-o bine. Gândiți-vă mai atent, nu vă mai gândiți la altceva”, a zis dl. Popa. Şi, deodată, a confirmat că femeia se gândeşte precis la fetița ei şi că a prins-o foarte bine în imaginea mentală. Am ascultat înmărmuriți cu totii ceea ce „tata Valerică” rostea cu o viteza mult mai mare decât în vorbirea să obişnuită. Era inspirat şi categoric, povestea scene din copilăria fetiței, număra în imaginație loviturile la cap primite de copil şi pe care, fireşte, părinții nu le luaseră în seamă şi nu le inventariaseră niciodată. Spunea exact ce fel de paraziți intestinali are. Părinții încuviințau, pieriți. La un moment dat rosteşte: „E tunsă scurt şi e îmbrăcată în roşu”. Cu infinita delicatețe, cu jenă, într-un târziu, cei doi i-au

spus lui Valeriu Popa că tot ce a relatat el despre fetița este adevărăt, dar foarte adevărăt, numai că fetița nu are cum să fie îmbrăcată în roşu, pentru că e într-o tabără la Savârşin şi nu are haine roşii la ea. În plus, nu e tunsa scurt, ci are nişte codite superbe. Dl. Popa era convins de ce spunea, dar şi părinții erau siguri de ce afirmau, doar ei îi făcuseră bagajul.

A doua zi părinții s-au dus să-şi aducă fata acasă de la Savârşin. În următoarea zi, la primele ore ale dimineții au venit la dl. Popa: „Vrem să vă spunem că fetița a fost îmbrăcată în roşu pentru că a participat la carnavalul de sfârşit de tabără şi acesta a fost costumul care i-a fost dat şi că fetița e tunsă scurt, pentru că în tabără apăruseră păduchii şi cadrele didactice luaseră această măsură. Suntem, pur şi simplu, uluiți.

* * *

Pe vremea când Valeriu Popa era director tehnic în industria bumbacului, colegii din conducere îi trimit, într-o bună zi, cererea unui om pentru a fi angajat la respectiva intreprindere. Dl. Popa a luat hârtia şi a pus, în stânga sus, următoarea rezoluție: „Nu sunt de acord cu angajarea acestui criminal şi autocriminal”. Şi a semnat: „Valeriu Popa”. Când au văzut apostila, ceilalți directori, inginerul şef, omul de la cadre, şeful contabil, au zis ca-i o glumă. L-au întrebat,

dar l-au întrebat degeaba. El îşi păstra punctul de vedere. Dar ceea ce mai ales îi enerva pe respectivii, era că Valeriu Popa pusese această rezoluție fără să citească până la capăt cererea şi fără să-l cunoască pe cel în cauză. „Nu va pot spune nimic mai mult", a zis el. Insă opoziția făcută n-a putut fi convingătoare pentru colegii săi, şi omul fost angajat la fabrică. După trei luni şi jumătate, patru luni, o poveste zguduitoare a circulat prin Bucureşti. Cetățeanul, rămas singur acasă cu nora lui, a încercat să o violeze şi cum ea s-a opus, el a omorât-o şi apoi s-a sinucis. Anchetatorii s-au adresat şi lui Valeriu Popa. L-au rugat să le explice de unde a ştiut dansul, cu patru luni înainte, de o crimă şi o sinucidere, că ele se vor petrece? N-au aflat mai mult decât ştiuseră şi colegii lui. Totuşi, aceasta întâmplare confirma o ipoteză susținută mereu de dl. Popa: „În finit totul este programat, nimic nu e întâmplător".

* * *

Suntem în anul 1984. Acasă la dl. Păunescu atmosfera este destinsă. Acesta joaca şah cu un prieten de familie, dr. Apostol Turbatu. Dar mai bine să ascultăm ce ne relatează băiatul gazdei:

„Mutând una dintre piese, doctorul Turbatu spune: „Bă, Păunescule, ce tot ai cu vracii aştia? Ce tot îi susții şi spui, tot timpul, prin Flacăra, că

nu ştiu ce calități au ei, să vindece boli pe care medicina de performantă nu le vindecă? Mai bine nu te-ai mai lua după ei, că nu ştiu nimic! Iți vorbeşte un chirurg...”

S-a întâmplat ca, în aceeaşi încăpere din casa noastră să se afle, citind o revistă cu şi despre animale, bioenergeticianul Valeriu Popa. Doctorul Turbatu nu îl cunoştea, şi oricum, nu prea îi pasa de nimeni când avea de spus ceva. Cu atât mai mult cu cât în cazul de față era vorba de meseria sa, aflată în luptă cu ramurile noi, neclasice ale sănătății. Auzind atacul violent împotriva „vracilor”, reprezentantul cel mai de seama al însănătoşirii naturiste s-a ridicat din fotoliul lecturii şi i-a spus doctorului Apostol Turbatu: „Decât să vorbeşti aşa doctore, mai bine ai avea grija de dumneata. Vezi ce faci că ai în buzunar cancerul de colon, cancerul de rect...”

Doctorul Turbatu a râs şi a replicat imediat că sunt aberații afirmațiile lui Valeriu Popa, pentru că abia şi-a făcut, de puțină vreme, analizele la spitalul „Elias”, la fratele sau, tot medic, şi are toate rezultatele bune. Chiar şi-a îndemnat partenerul de şah să fie atent cu „vracii”, că nu ştiu ce spun şi susțin tot felul de năstruşnicii. Din nefericire, peste câteva luni, diagnosticul pus de dl. Popa s-a confirmat. Dl. Turbatu s-a internat, iar analizele au pus în evidenta un cancer de rect, exact cum văzuse

„vraciul” înainte că boala să se manifeste prin semnalmente obişnuite”.

Cum este posibil acest lucru? Dl. Popa ne explică: „Boala apare în sistemul energetic cu mult timp înainte de manifestare în corpul fizic. Energeticul persoanei pe care o diagnostichez îmi da informațiile atât de exacte. Nu eu îi spun. El îşi spune prin mine ce are, pe o cale necunoscută încă. Dar atenție, îşi spune numai ce are dreptul să ştie, dacă are voie să ştie”.

Un caz asemănător s-a petrecut şi cu doctorul Suciu de la Sibiu, prin 1982, când dl. Popa l-a avertizat că este în pericol să pățească un atac cerebral. Doctorul Suciu a râs şi el de inginerul bucureştean, spunând că abia venise de la Cluj, unde, prietenul sau, doctorul Stăncioiu, i-a scos analizele perfecte. N-au trecut decât şase luni şi doctorul Suciu a suferit o congestie cerebrală complicată.

Pentru mulți dintre noi este într-adevăr greu să acceptăm o gândire atât de neconvențională. Dar faptele d-lui Popa o susțin. Dansul spune, legat de acest lucru: „Pe mine mă cred numai cei care au căzut în prăpastie şi i-am ajutat să iasă... atâta timp cât mă ascultă şi fac ce le spun”.

* * *

O altă întâlnire dramatică, la care a fost martor direct şi dl. profesor doctor Ion Mânzatu,

a avut loc între Valeriu Popa şi marele nostru actor, mult iubitul Amza Pellea, pe vremea când acesta era deja într-o stare avansată de boală, cancerul cotropindu-i organismul.

Despre aceasta întâlnire, dl. Mânzatu ne povesteşte:

„Din prima clipă şi-au zâmbit unul altuia, cu căldură iscoditoare, găsindu-se repede, cu evidentă satisfacție, că sunt de pe aceleaşi meleaguri oltene. Dialogul s-a legat repede, natural. După începerea diagnosticării - precizez că „olteanul diagnostician" (O.D.) pune diagnosticul fără nici un instrument convențional, fără să aibă nevoie de buletine medicale de analiză, fără să-l mai fi văzut vreodată pe cel bolnav, ci numai prin simpla strângere a mâinii pacientului, sau recepționându-i câmpul biologic de la distanță - dl. Popa, având-ne că asistenți pe trei dintre cei mai apropiați „olteanului suferind" (O.S.), în mai puțin de jumătate de oră aşternu în fața noastră, aproape necruțător şi cu toate acestea deosebit de calm şi cald - desigur, adresându-se direct celui în cauză - tot ce voi relata în continuare. Aşadar…

O.D.- Ştii ce ai?

O.S.- Din prima zi când, din pură întâmplare, un prieten medic m-a consultat, după ce i-am cerut un certificat medical. Am intrat sănătos şi am ieşit din cabinetul lui cu diagnosticul „cancer"

şi convingerea medicilor că nu mai am de trăit decât trei luni. Mie nu mi-au spus nimic, dar serviciul meu oltenesc de informaţii mi-a adus vestea în aceeaşi zi. De atunci, evident, ştiu tot, dar, uite „Taica”, nu s-au adeverit încă spusele lor.

O.D.- Şi te temi?

O.S.- Nu.

O.D.- Vrei să-i infirmi pe medici sau să-i confirmi? Aici a intervenit şi subsemnatul:

I.M.- Maestre, mi-aţi promis că o să jucaţi, în sfârşit, cel mai mare rol din viaţa dvs. Noi va vom pregăti textul şi vom face chiar şi regia. Vreţi?

O.S.(gânditor) - Da, vreau!...(apoi mai ferm). Evident că vreau.

O.D.- Fiindcă ştii totul, sau aproape totul despre matale, am să-ţi spun exact ce este rău în organismul despre care, sper că ai să o recunoşti, ai crezut că e din oţel, că nu va cădea niciodată şi ca-ţi poţi bate joc de el oricum, cu 60-80 de ţigări pe zi, cu „tării” gustoase, cu nopţi nedormite, cu miel, purcel, viţel, pui din belşug şi cu multe altele.

O.S.-Da, maestre, recunosc, aşa am crezut multă vreme. Da acum...

O.D.- În primul rând, va trebui să scăpam de nenorocitul asta de lichid abdominal, care te face cu burtă şi a cărui proveniență este din „limfa coagulată”, stazată acolo din pricina obturării canalelor limfatice principale.

O.S.- (strigând către soția lui). Ti-am spus eu, ciocârluto, că am lichid!?

O.D.- Lasă asta. Mai bine fii mulțumit că transpiri din abundență, că organismul se apără astfel căutând să elimine toxinele şi răul care te face acum să suferi. Din păcate, constipația cronică care te necăjeşte - de care medicina actuală nu se prea ocupă, deşi este cauza cauzelor şi boala numărul unu a secolului nostru - impiedică evacuările fireşti ale resturilor digestiei.

O.S.- Da, meştere, aşa este.

O.D.- Pe urmă, ai cam exagerat cu carnea, mai ales cu cea tânără, consumând cantități cam mărişoare şi ai creat astfel în intestinele matale mediul optim pentru că o colită de putrefacție să te răvăşească acum în toate chipurile.

O.S.- Da, bine ai zis, e tare nenorocită. Am mâncat vreo trei viței în vara asta şi câteva vaci pe deasupra. Şi uite ce-am devenit...

O.D.- Îmi place, ți-ai păstrat umorul... Cordul îl ai bun, ficatul crescut, rinichii obosiți, pancreasul afectat, sângele intoxicat...

O.S.- Mai „Taică", da mai e ceva bun în mine?

O.D.- Este, în primul rând psihicul şi întreaga-ți structura bioenergetică. După cum te simt eu, ai evidente resurse de revenire şi dacă vei vrea, o să te mobilizezi că să învingi şi să-ți poți juca rolul cel mare, de care vorbea profesorul.

O.S.- (gemând uşor) Bine, îl voi juca.

O.D.- Excelent! Acum hai să încercam un „mârâit”, să gemem împreună.

O.S.- (după primele încercări). Nu pot „Taica”, nu mă lasă burduhanul asta nenorocit. Arză-l-ar focul!

O.D.- Ba ai să poți! Aşa, treci pe sunete mai joase... Bine...Văzuşi? Numai aşa poți oxigena toate cotlonaşele pulmonare, gemând cât mai lung. Şi fiindcă eşti mereu neliniştit şi nu dormi bine, începând chiar din seara asta, doamna matale iți va face frecție cu soluție din oțet de mere şi apă, în special pe partea inferioară a trupului. Poate ai observat că partea de jos a corpului matale este mereu mai rece decât cea de sus care transpiră într-una. După ce o să egalizezi temperatura pe tot corpul, vei dormi minunat.

Faptul că O.S. avea partea inferioară mai rece, O.D. o sesizase de la distanță.

O.S.- Şi chiar crezi, meştere, că aşa o să dorm?

O.D.- În mod sigur!

Fac o pauză în acest dialog, confirmând că numai după trei zile de când s-au petrecut acestea, O.S. a început să doarmă din ce în ce mai bine. În seara aceea s-au mai întâmplat următoarele:

I.M.- Ar fi bine să vezi care din alimente, ceaiuri şi vitamine sunt compatibile cu starea maestrului.

O.S.- Asta ce mai e, bre?

O.D.- O să vezi îndată. Fac încă odată precizarea că O.D. testează produsele fără vreun aparat special, numai prin capacitatea mâinilor sale de a recepționa acceptul sau neacceptul bioenergetic al pacientului.

Rând pe rând, alimentele, vitaminele, ceaiurile, inclusiv o medicație specială, preparată pentru boala canceroasă de către dr. Iulica Voinea, au fost acceptate sau respinse, că bune sau rele. Majoritatea produselor testate - prin simpla verificare a vibrațiilor specifice fiecăreia dintre ele - s-au dovedit a fi bune pentru pacient. N-au trecut însă examenul următoarele: peştele proaspăt (un caras), nefiind din ape sălbatice (O.D. a sesizat acest lucru de la distanță), medicația antitumorală (după părerea lui O.D. ar fi prea dură pentru stadiul bolii), pâinea albă, unul sau două ceaiuri, dintre care unul era cel de rostopască, deşi se ştie că acesta are efecte pozitive în ameliorarea bolilor neoplazice.

O.D. - Asta nu merge, ai prea multă rostopască în matale! Am făcut ochii mari, dar ne-a lămurit imediat maestrul.

O.S. - Da, domnule, cocârlele mele (aşa le spunea el soției, fiicei şi surorii sale) m-au îndopat toată vara cu saci de rostopască.

O.D. - Nu-i nimic, pe ăsta-l scoatem deocamdată şi rămân celelalte. Şi acum, să vă spun doamnă, ce e de făcut foarte urgent că să scoatem lichidul din abdomenul soțului. Faceți rost neîntârziat de hrişcă şi ghimbir. O cataplasmă de câteva minute din ghimbir, aplicată pe toată suprafața abdomenului, şi apoi una de câteva ore, din pasta de hrişcă, face minuni. Şi va mai trebuie să instalați în camera maestrului un aparat pentru produs ioni negativi şi să evitați încălzitoarele electrice.

Soția lui O.S.- Şi cu ce o să înlocuim carnea, peştele şi ouăle? O să se prăpădească de foame.

O.S.- Mai tacă-ți ciripitoarea, cocârlo, ți-am mai spus că voi mă hrăniți aiurea. Asta o simt eu, aici, în mine!

O.D.- Fiți liniştită doamnă, nu se va prăpădi deloc. Îl veți hrăni cu pastă de polen - care conține aminoacizi, vitamine, săruri şi altele - amestecată cu miere, brânză de vaci, pulpă de lămâie opărită cu apă, sucuri crude de morcovi, varză albă, sfeclă, pătrunjel şi țelină, cu apă organică (apă fiartă, răcită şi ținută într-un vas o noapte întreagă împreună cu pulpele de la fructele şi legumele stoarse pentru suc), pâine neagră uscată (nu prăjită), vitamina C500, supă sau suc de ceapă roşie coaptă în cuptor şi adăugați ceea ce v-a propus profesorul, ca remediu natural pentru blocarea mecanismului genetic al maladiei. Vom realiza astfel două

lucruri simultan - blocarea bolii şi refacerea organismului. Restul depinde de voința matale, maestre, ca să-ți poți juca rolul cel mare, aievea...

În acea seara de sâmbătă, 5 noiembrie 1983, demonstrația lui Valeriu Popa m-a convins definitiv şi m-a făcut să înțeleg mai mult ca oricând, cât de mare este nevoia să ieşim din canoanele convenționale, să nu credem că lumea şi materia sunt numai ceea ce ştim acum.

Nu pot încheia cele relatate fără câteva veşti de ultimă oră (miercuri, 9 noiembrie 1983, orele 10 dimineața). În cursul celei de-a treia întâlniri, O.S. ne-a informat, cu vocea mult revenită, mai calmă şi veselă, cu culoare în obraji şi umor sănătos, că „a mai găsit un sac de voință, deşi aeroportul e prea încărcat de zboruri". A mai adăugat că e hotărât să participe, cu cotă parte egală, la aceasta cumplită bătălie pentru raza de lumină şi viață. În al doilea rând, primele trei cataplasme de hrişcă aplicate din 4 în 4 ore au extras din abdomenul bolnav, prin porii pielii, ceva mai bine de un litru de lichid".

Dar „Nea Marin" nu bănuise cât de grea va fi lupta. A dus-o o vreme, reuşise să i se dezumfle burta, însă până la urmă a făcut nişte greşeli şi boala n-a mai putut fi ținută în frâu. La o ultima întâlnire cu Valeriu Popa, la un moment dat, Amza Pellea i se adresează astfel: „Oltene, mulțumesc că mă ajuți, însă acum turnul de control e încărcat. Aeroportul nu mai primeşte.

Dacă veneai acum trei luni sunt sigur că mai era o şansă. Te rog, ajuta-mă să mor uşor”.

În ziua când tocmai terminasem rândurile de mai sus, discutând cu dl. Popa, aflu de la dansul că în acea zi se împliniseră exact 12 ani de la moartea lui Amza Pellea.

* * *

În viața fiecăruia dintre noi apar momente când avem impresia că suntem la capătul puterilor, că nu mai putem îndura suferința sau greutățile vieții. Ce bine este ca atunci să avem pe cineva care să ştie cum să ne ajute să le trecem mai uşor. De un astfel de moment este vorba şi în continuare.

Într-una din seri sună la telefon o doamna din Satu Mare, care suferea de o afecțiune destul de gravă şi începuse să facă cura de dezintoxicare de 14 zile cu apa distilată, era cam pe la sfârşit şi îi spune lui nenea Popa că nu mai poate, că îi este rău, că nu se mai poate scula din pat şi îl întreabă ce să facă? Are loc aproximativ următorul dialog:

Valeriu Popa(V.P.) - Unde eşti doamnă?

Doamna(D.) - Acasă, în pat.

V.P.- Ai făină în casa?

D.- Da, am.

V.P.- Un borcan gol ai?

D.- Da.

V.P.- Umple-l cu fainã. După câteva secunde de linişte se aude din nou vocea femeii:

D.- Da, l-am umplut.

V.P.- Lumânare ai prin casa?

D.- Da, am.

V.P.- Chibrituri ai?

D.- Da.

V.P.- Ia lumânarea, pune-o în borcanul cu fainã şi aprinde-o. Mai trec câteva secunde şi se aude iarăşi vocea la telefon:

D.- Da, am aprins-o.

V.P.- Acum suie-te în pat.

D.- M-am suit.

V.P.- Întinde-te cu faţă în sus, pune mâinile pe piept şi aşteaptă. Urmează câteva clipe de linişte. Nenea Popa aştepta răbdător. La un moment dat se aude în telefon un strigat de surprindere amestecat cu spaima:

D.- Aoleu, asta pentru mine arde. Dar eu nu vreau să mor! Doamna a sărit din pat, s-a apucat să facă treaba prin casa, a ţinut dezintoxicarea până la sfârşit, apoi regimurile indicate şi astăzi mai este încă în viaţă.

* * *

Boala şi suferinţa nu l-au ocolit nici pe Valeriu Popa, de-a lungul vieţii. Iată ce ne povesteşte despre zilele când era să moară, având cancer pulmonar avansat.

„Aveam 20 de ani şi eram internat în spitalul din Caracal. M-au ținut două zile şi mi-au spus: „Mergeți acasă că nu mai aveti nici o şansă”. Acasă am început să expectorez sânge. Mama plângea. Mi-au ținut lumânările. În această trecere între viață şi moarte, mi-am adus aminte de o povestire din timpul internatului la Craiova. Jucam şah cu un coleg şi ații doi stăteau la capătul patului discutând: „Bă, fratele meu era să moara de congestie pulmonară”. Întrebat ce a făcut, acesta răspunde: „Mama a pus într-o strachină un pietroi încins şi a turnat peste el frunte de cazan, adică țuică de 70-80 de grade, apoi a introdus vasul sub plapumă”. Prin volatilizare alcoolul din țuică a intrat sub plapumă, el a stat ca sub un clopot şi a început transpirația. Aducându-mi aminte de această întâmplare, i-am spus mamei când mă aflam pe patul de moarte. Mama a zis: „Hai să-ți fac, că aşa este bine, să satisfaci ultima dorință a celui aflat în pragul morții”. Deci, mi-a pregătit la rugămintea mea un castron în care a pus o piatră încălzită la foc şi a turnat alcool peste el. Nu mai vedeam plafonul, parcă era în ceață. Pe fereastră nu vedeam decât foarte slab. N-am ştiut şi am băgat capul sub plapumă. Am tras spirt din acela volatilizat şi m-am înecat şi au început să iasă din mine cantități enorme de sânge - hemoptizie. Mama s-a speriat. Am adormit şi am transpirat. Şapte schimburi în decursul unei nopți. Primul

cearceaf în care s-a depus transpirația s-a oxidat, încât s-a rupt, aşa de puternică era toxina. Dimineața când m-am trezit, am început să vad plafonul, pe fereastra vedeam ciorile care zburau, mi se limpeziseră ochii. Mama, când m-a văzut aşa rumenit la față, nu mai ştia ce să creadă. I-am spus să mai îmi facă odată. N-am mai transpirat aşa de mult şi seara am ieşit să mă plimb prin curte. Vecinii, când mă vedeau, ziceau că a înviat mortul. Am poftit puțin mujdei de usturoi cu piept de pui. Mi-a pregătit mama. Am supt numai puțin şi de atunci m-am sculat din pat. Atunci am înțeles că printr-o transpirație puternică, elementele toxice care se fixaseră în organism au fost eliminate. Sângele a început să-şi reintre în drepturi, permițând autovindecarea".

* * *

Uneori e prea târziu. Dar şi atunci un ajutor există, trecerea e mai uşoară.

Fiind în Bistrița cu serviciul, aflu într-o zi de la colega mea de birou, doamna Nicoară, o femeie cu un suflet deosebit, că tatăl dânsei este grav bolnav. Mai trec câteva zile şi văzând-o necăjită, îi vorbesc de regimurile lui nenea Popa şi de rezultatele obținute de unii pacienți. Mergând acasă la dânsa, vorbesc cu tatăl ei şi cu cei din familie, iar aceştia sunt de acord să facă şi această încercare. Era destul de greu, căci tatăl

era paralizat cu o parte a corpului, nu se putea mişca şi acuza aproape în permanență dureri în tot corpul, neputând să doarmă decât foarte puțin în timpul nopții. După mai multe zile de regim, simptomele s-au ameliorat, durerile s-au diminuat foarte mult, a început să doarmă noaptea, s-a liniştit, iar funcțiile de eliminare s-au normalizat.

Cei din familie au observat imediat aceste ameliorări, străduindu-se din răsputeri să-l îngrijească cât mai bine. Trecuseră aproape două luni, când, într-una din zile, aproape de ora 11, doamna Nicoară mă anunță că tatăl dânsei murise în acea dimineață. Regimul fusese bun, dar a fost început prea târziu, când boala nu a mai putut fi învinsă. Mai târziu, Nelu, băiatul colegei mele, mi-a mărturisit: „Dacă ştiam mai din vreme de acest regim, nu-l mai chinuiam pe bunicu' ducându-l până la Bucureşti, să suporte o operație la cap, la vârsta lui, şi cine ştie, poate acum mai trăia".

Poate unii dintre dvs. sunteți nedumeriți, poate vă întrebați: „Şi ce rost au avut toate acestea dacă tot a murit?" Da, dar a murit fără dureri, fără droguri, liniştit, uşor. Dar cine poate înțelege acest lucru? Numai cei care au stat alături de persoane dragi, aflate în grele suferințe, între viață şi moarte sau care au murit în chinuri, ori s-au chinuit mult înainte să moară.

* * *

Tot de Bistrița mă leagă şi o altă întâmplare care mi-a rămas adânc întipărită în suflet. Într-una din zile, era cald şi plăcut afară, spre sfârşitul primăverii. Mergând prin oraş mă abat pe la o biserică ce se afla în apropierea casei mătuşii mele. Am simțit nevoia să intru puțin, să mă reculeg. Înăuntru, biserica era luminată de lumânările aprinse şi de razele soarelui ce pătrundeau prin geamurile mari, unele albe, altele colorate. Era înainte de amiază, biserica aproape goală, dacă erau 2-3 persoane care se rugau. M-am oprit în mijloc şi admiram lumina şi liniştea din jur. Eram îmbrăcat cu nişte pantaloni mai lărguți, o cămaşă de culoare albastru pal şi un pulover pe deasupra. Fără să observ, din spate vine spre mine o călugăriță care se îndrepta spre altar, având ceva treabă acolo. Când ajunge în dreptul meu încetineşte mersul, mă priveşte, apoi lasă capul în jos şi mi se adresează: „Sărumâna părinte", după care se îndreaptă spre altar. Luat prin surprindere, am rămas mut. Apoi, după ce făcuse vreo doi, trei paşi, am incercat să bâigui nişte scuze, căci, evident, era o confuzie la mijloc. Dar ea nici nu m-a luat în seamă, continuându-şi drumul, de parcă eu aş fi fost cu adevarăt preot din totdeauna.

Nu mai înțelegeam nimic. Biserica era foarte bine luminată, eu eram un economist tânăr de 28 de ani, îmbrăcat civil, bărbierit proaspăt căci mergeam la serviciu şi trebuia să am o anumită ținută, deci nu aveam nici măcar barbă; atunci de unde acest atât de clar, de sigur şi convins, „Sărumâna părinte”?

Eu nu o cunoşteam pe această călugăriță, nu o văzusem niciodată până atunci, iar ea, după ce mi s-a adresat astfel a trecut mai departe, senină, neluând în seama bâiguiala mea. Pentru ea totul era limpede. Eu eram un părinte pe care, chiar dacă nu îl cunoştea, l-a salutat conform regulilor bisericeşti. Cum e posibil aşa ceva? Ce se întâmplase de fapt în acea zi de început de vară, într-o biserică din Bistrița, cu mine, cu ea?

Abia după ani de zile, fiind alături de nenea Popa, la un moment dat, pe neaşteptate, am primit răspunsul.

* * *

În preajma lui Valeriu Popa enigme se leagă, enigme se dezleagă. Cu mulți ani în urmă, fiind chemat la Centrul de Librării din Calea Moşilor, îl întâlneşte pe directorul instituției, care ar fi dorit să i-o prezinte pentru consult şi pe fiica sa, dar momentan nu se afla acolo. În timp ce dl. Popa îi consulta pe unii dintre funcționari, directorul îi cere lui Adrian Păunescu, de față, telefonul

inginerului pentru că ar vrea, în zilele următoare, să îşi aducă şi fata la consult. „Dar nu-i nevoie” răspunde A.P. „Dl. Popa poate să va spună ce probleme are fata dvs. şi dacă ea nu e de față”. Un asemenea lucru directorul nu-l poate crede. Dar când Valeriu Popa îl ia de mână, îi spune să se gândească la fiica sa şi apoi îi înşiră toate problemele de sănătate pe care le are copilul, în birou se lasă tăcerea. Tatăl fetei confirmă integral diagnosticul şi întreabă cum este posibil un asemenea fenomen: „De unde să ştie inginerul că fata a avut fractură la coasta a patra, că are sensibilități cardiace, că e operată de două săptămâni, că a avut o fractură la piciorul stâng mai de mult, că are parul lung până la umeri şi poartă ochelari cu ramă neagră, dacă nici n-o cunoaşte măcar?”

Iată ce răspunde Valeriu Popa:

„Trebuie să ne obişnuim să acceptăm că suntem creați din energie, aflata în două stări: starea fizică, pipăibilă şi cea bioenergetică, demonstrabilă mâine, proces care a început deja.

Partea fizică este de fapt energie condensată. Eu simt emisiile bioenergetice aşa cum dvs., dacă puneți mâna în dreptul spărturii dintr-o minge, simțiți cum iese curentul de aer. Şi trebuie să ne mai obişnuim să înțelegem că există şi ceea ce nu simțim sau nu percepem încă. Noi, aici, în această încăpere, dacă facem linişte şi privim în jur, vedem câteva mobile, nişte pereți, ştim că

respiram aer, că este frig şi că auzim unele sunete dacă deschidem geamul, spre strada. Şi credem că în afară de acestea nu mai există nimic. Dar, dacă aducem un aparat de radio şi îi dam drumul, constatam că în jurul nostru există o mulțime de vibrații, de energii, pe care nu le simțim decât dacă facem rost de un receptor specializat. Eu sunt un astfel de receptor foarte sensibil al bioenergiei dvs. şi, dacă nu vă vine să credeți că pot simți altfel decât dvs. vibrațiile bioenergetice pe care le emiteți, gândiți-vă la paralela pe care am făcut-o cu aparatul de radio. Acest dar încerc să-l folosesc numai spre binele oamenilor. Mâine, când ştiința va adânci cunoaşterea omului, se va explica ceea ce eu, astăzi, încerc să fac prin ceea ce sunt".

* * *

În 1981, aflându-se la Tg. Mureş, Valeriu Popa i-a spus lui Tică B., la câteva clipe după ce au făcut cunoştință, că are varice dureroase la glezna stangă, că are hipertensiune, că, la naştere a fost un copil uriaş şi că a venit pe lume cu picioarele înainte. Stupefiat, omul a confirmat că la naştere a avut 5,400 kg. şi că a fost născut cu picioarele înainte, lucru pe care nu-l ştia decât el şi mama sa.

* * *

Altă dată, fiind în holul hotelului „Continental” din Timişoara, prin anul 1982, i-a spus unei femei care venise cu poza sorei sale pentru diagnosticare, că nu mai are sens să o analizeze, deoarece sora sa a murit. Peste câteva ore femeia şi-a vizitat sora, a aflat cu stupoare că abia se stinsese din viață şi a revenit la hotel să spună că Valeriu Popa a avut dreptate.

* * *

Tot dl. Adrian Păunescu ne povesteşte cum în turneul estival al cenaclului Flacăra din 1982, pe litoral, la Mangalia, Valeriu Popa a fost încolțit de câțiva câini polițişti ai forțelor de ordine care asigurau paza grădinii de vară. I-a imobilizat printr-o simplă apăsare şi un transfer energetic, în zona gâtului, lăsându-i cu burta în sus. King, câinele familiei Păunescu, nu a acceptat niciodată prieteni în afara stăpânilor casei. Totuşi, de îndată ce dl. Popa s-a apropiat de el King nu a mai lătrat, s-a lăsat pe burtă şi aproape că a paralizat, până ce Valeriu Popa s-a depărtat la 2-3 metri, moment în care câinele a reînceput să latre.

* * *

Într-una din zile bate la uşa lui nenea Popa o doamnă care venise să-i ceara ajutor pentru o suferință ce nu-şi găsise rezolvare pe cale medicală. Abia începe să spunã despre ce-i vorba că dl. Popa o întrerupe brusc: „Nu te pot ajuta până nu te duci să ierți cele cinci persoane pe care le urăşti!” Femeia rămâne fără replică. După un timp reuşeşte să murmure: „Da eu nu urăsc pe nimeni”. „Ba da, ai cinci persoane pe care le urăşti. Şi dacă vrei să ştii, una dintre ele este chiar mama ta. Când era însărcinată în luna a 3-a a vrut să te avorteze, a făcut chiuretaj şi n-a reuşit, iar apoi te-a lăsat. Deci, nu te pot ajuta până nu-i ierți. Te duci în biserică cu ei şi acolo îi ierți. Îi pupi şi le spui: Te-am iertat şi te-am uitat. Apoi vii la mine şi iți spun ce să faci”.

Femeia pleacă năucă, neştiind ce să mai spunã. După câteva zile apare din nou la nenea Popa, senină, surâzătoare, parcă era alt om. Nu ziceai că ar fi fost vreodată bolnavă. Cu recunoştință în glas, îi mărturiseşte: „Ați avut dreptate. După ce am plecat de la dvs. m-am tot gândit, m-am frământat şi, într-adevăr am găsit cinci persoane pe care le uram. Nici nu-mi dădusem seama până acum. Le-am căutat şi le-am spus că le-am iertat. Şi în legatură cu mama ați avut dreptate. Când i-am spus, aproape că era să leşine, dar am luat-o mai pe îndelete, cum m-ați sfătuit, aşa că până la urma mi-a spus ca, într-adevăr, în luna a 3-a a vrut să scape de

mine, căci se certase cu tata şi nu mai vroia să mă țină".

* * *

Principiile unei vieți sănătoase, echilibrate şi corecte, dl. Popa a căutat să le transmită şi familiei, celor doi copii ai săi. Băiatul cel mare, Adi, era de mic atras de vapoare, de mare şi de profesiunea de marinar, însă era o fire mai boemă, independentă, veselă, care se adapta cu dificultate rigorilor unei vieți ordonate, desfăşurată după un program fix. Din această cauză se întâmpla uneori, chiar şi mai târziu, în clasele de liceu, să întârzie la scoală şi să ajungă la ore după ce profesorul intrase în clasă. Atunci bătea la uşă, intra încet şi, foarte politicos, se scuza şi cerea să i se permită să între la oră. În sprijinul sau veneau şi unii colegi care o rugau pe profesoară să îl ierte spunând: „Doamna, de-ați şti ce departe stă de scoală şi cât de greu ajunge până aici!" De obicei profesoara îl ierta şi îi permitea să intre. Partea nostimă a întâmplării era că şcoala se afla peste drum de casa lui Adi, cam la 200 de metri de locuința sa.

Cu toate acestea, până la urma s-a hotărât să urmeze Institutul de Marină şi, după ce a luat examenul de admitere printre primii, fiind un copil care învăța foarte bine, a urmat viața în regim militar, cu rigorile ei, învățătură şi

militărie. Numai că el nu era obişnuit cu aşa ceva şi a suferit destul de mult până s-a adaptat noului stil de viață (la marina dăduse şi la insistentele tatălui său).

Primele luni de instrucție şi scoală trec mai greu, dar vine şi clipă depunerii jurământului. Cu acest prilej, tatăl lui vine să asiste la acest eveniment, iar la sfârşit Adrian obține o învoire de 48 de ore, putând să iasă în oraş până a doua zi seara. După ce şi-au petrecut ziua în oraş, spre seara au luat o cameră la un hotel, că să poată rămâne împreună şi a doua zi. Dl. Popa, fiind obosit s-a culcat, iar Adrian a mai zăbovit, citind şi frunzărind nişte reviste. Dimineața, când se trezeşte, dl. Popa vede cu uimire cum hainele lui şi ale lui Adi erau aranjate ordonat, parcă erau scoase de la „Nufărul", iar când iese pe hol surpriza este şi mai mare când observă pantofii aliniați frumos la perete, curățați, dați cu cremă şi lustruiți, de parcă ar fi fost noi. Aducându-şi aminte de vremea când Adi era acasă şi de felul lui, constată cu plăcută surprindere: „Ce s-a schimbat Adi al meu, e de nerecunoscut!"

Mulți dintre cei care sunt lângă dl. Popa mărturisesc că uneori, deşi îl respectă şi îl îndrăgesc, au un sentiment de frică când se afla în fața lui. Şi au dreptate. Caci o asemenea întâlnire cu tine însuți prin „nenea Omu" poate deveni în orice clipă cutremurătoare, dacă se produce. Rămâi bulversat, aproape întregul tău

sistem de valori, ce credeai despre tine şi despre lumea în care trăieşti, se năruie într-o clipă, dintr-o dată se dovedeşte că a fost fals. Dar tot dansul te ajuta apoi să te reclădeşti din nou, mai bun, un pic mai aproape de cuvântul Om, şi încă un pic, şi încă...., de cuvântul Om.

* * *

Într-una din seri, uitându-mă prin nişte acte, îmi pică în mână o scrisoare al cărei conținut mi s-a părut potrivit pentru acest capitol, aşa că voi spicui câteva fragmente din ea:

„Constanta, 30.12.1984

...Mă numesc Gheorghe Lepădatu, locuiesc în Constanța, bd-ul Tomis nr. 336, am 40 de ani şi sunt doctor inginer în specialitatea chimie alimentară.

Îl cunosc de mai mult timp pe dl. Popa şi sunt unul din cei care au beneficiat de autotratamentul indicat de domnia sa. Mai concret, la începutul anului 1980, un reputat medic cardiolog mi-a stabilit diagnosticul cardiopatie ischemica şi am intrat pe un tratament medicamentos şi un regim de slăbire. Am aplicat corect medicația prescrisă o perioadă lungă de timp, dar simptomele caracteristice bolii se reduceau numai când luam medicamentele, boala părând a fi nevindecabilă, fiind oarecum

stăpânită cu medicamentație continuă. Această perspectivă nu are darul să liniştească pe cineva. Am studiat diferite regimuri de slăbire, am aplicat ce am considerat că este „echilibrat”, dar rezultatele au fost slabe.

La sfârşitul anului 1983, ing. Valeriu Popa, prin simpla strângere de mână a diagnosticat că simptomele de cardiopatie se datoresc acidității crescute a sângelui, unei colite şi unei impurificări a limfei.

Am trecut mai întâi la tratamentul de purificare a limfei întrucât cu câteva luni înainte avusesem o limfogită până la limita septicemiei. În urma aplicării lui au dispărut complet simptomele care mă trimiseseră la cardiolog şi mă făcuseră ca timp de 4 ani să duc mâna spre inimă.

Încurajat de acest succes am hotărât să țin regimul încă şase săptămâni (după Valeriu Popa este nevoie de un timp mult mai lung), acesta având rolul să crească pH-ul sângelui (să-i reducă aciditatea) şi să calmeze colita.

Deşi consider că nu sunt vindecat complet de colită, senzațiile de disconfort s-au diminuat şi intensitatea lor a scăzut mult. În acelaşi timp am şi slăbit, ajungând în prezent la greutatea normală. Simptomele de cardiopatie nu au mai apărut, iar diagnosticul pus de acelaşi cardiolog în acest an este de inimă sănătoasă, confirmând părerea inginerului Popa.

În urma rezultatelor obținute, treptat, întreaga familie a început să aplice unele recomandări de nutriție făcute de dansul cu diferite ocazii. Consider că acest mod de alimentare va fi de bun augur pentru mine şi familia mea.

Inginerul Valeriu Popa are calități aparte față de majoritatea oamenilor. Îmi este greu să definesc şi să separ simțurile suplimentare, cam tot aşa cum este dificil de a separa simțul tactil de simțul termic. Datorită acestor capacități şi punerii lor în valoare, Valeriu Popa este un diagnostician excepțional. Ținându-mă de mână, mi-a prezentat afecțiunile pe care le-am suferit, inclusiv vârsta la care s-au manifestat, cât şi cele pe care le aveam în momentul respectiv.

Tensiunea arterială mi-a măsurat-o fără nici un aparat. Este capabil să spună multe lucruri despre un membru al familiei fără că acesta să fie de față, atunci când te concentrezi asupra lui.

Am asistat de multe ori la verificările făcute de dl. Popa şi nu am văzut ca cineva să nu fie surprins de descoperirea unor adevăruri cunoscute numai de el şi poate de cei foarte apropiați. Mă voi limita la 4 exemple:

1) V.P.- La 18 şi 20 de ani ai făcut o boală de plămâni cu afectarea hilurilor.

M.C.- Nu-i adevarăt, ați greşit.

V.P.- Mai gândiți-vă ...

În continuare a prezentat alte modificări pe care interlocutorul le cunoştea. Apoi...

M.C.- Asa-i, la 18 ani eram elev la liceu în ultima clasă şi am fost internat în spital cu afecțiune hilară bilaterală, iar la 20 de ani eram în anul II la facultate şi boala a recidivat.

2) V.P.- Al doilea copil născut a fost înfăşurat de două ori cu cordonul ombilical după gât.

S.C.- Asa-i.

3) V.P.- Fierbeți mâncarea prea mult.

F.S.- Aşa este, fierb până se desface carnea de pe oase.

4) V.P.- La vârsta de 8 ani ați primit o lovitură puternica la cap de la un cal.

C.R.- La 8 ani am fost trântit de un cal şi am căzut în cap, fiind internat aproape două luni în spital.

În prezent nu exista încă o explicație stiințifică a fenomenului prin care Valeriu Popa este capabil de a descifra informații despre unele modificări ale stării organismului uman ținând în mână doar fotografia unor bolnavi. Aceasta demonstrație mi-a făcut-o dl. Popa în 1983, cu fotografia lui M.B., făcută cu 19 ani în urma, pe care i-a adus-o soția pacientului. În seara următoare M.B. a recunoscut că ştie de afecțiunea descoperită prin fotografie, dar nu înțelege cum se poate aceasta întrucât la vârsta la care făcut poza nu avea aceasta afecțiune.

Oare cine înțelege acum acest fenomen?!

Sunt convins că pentru oricine, o discuție cu inginerul Valeriu Popa reprezintă o aventură ştiințifico-fantastică de care îşi va aminti toată viața.

Pentru a nu mai lungi prea mult scrisoarea, mă opresc aici cu exemplificarea posibilităților lui Valeriu Popa, nu înainte de a-mi exprima părerea că în viitorul apropiat ştiința va rezolva enigma simțurilor suplimentare ale lui Valeriu Popa şi poate va stabili că noi, oamenii, în afara existentei stabilite prin văz sau pipăit avem şi o existență încă necunoscută şi neexplorată în infinitul înconjurător, sub forma unuia sau mai multor suporturi de informație. Dacă în prezent ele se pot denumi prin termenul bioenergie, mâine ştiința le va studia şi le va defini mai complet.

Este regretabil că noi, românii, nu luptăm să avem în acest domeniu prioritate mondială, mai ales că îl avem pe Valeriu Popa…”

* * *

Într-una din seri ne aflam în sufragerie şi urmăream o emisiune la televizor. Aproape de ora 12 noaptea suna telefonul. Nenea Popa ridică şi la celălalt capăt al firului se aude o voce de bărbat care începe pe un ton ridicat să-l amenințe că are pistol şi vine să-l împuşte, că nevasta lui a avut cancer, a fost în tratament la

dânsul şi a murit. Că de ce nu i-a spus că are cancer metastazat? După câteva clipe de soc, nenea Popa îşi revine cât de cât şi cu răbdare, încearcă să-l liniştească pe individ, să-i explice că nu e vinovat el de moartea femeii, că doar ei au venit disperați să-i ceară ajutorul, iar dansul i-a sfătuit acordându-le o autoşansă, atunci când medicii nu le mai dădea nici una. Totuşi, convorbirea s-a încheiat cu o atitudine ostilă din partea cetățeanului de la telefon, chiar dacă între timp se mai liniştise puțin. Imaginați-vă şi dvs., prin ce clipe ați trece într-o asemenea situație? După ce închide telefonul, nenea Popa se aşează pe canapea, nu mai are cuvinte, se întinde, iar după câteva clipe mă roagă să-i fac un masaj la ceafă şi pe spate. Văzusem că era schimbat la față, dar în cameră era întuneric, doar lumina de la ecranul televizorului se răspândea în încăpere, iar trăsăturile chipului nu se distingeau prea clar. Am făcut masajul, am mai stat puțin de vorba, după care m-am dus la culcare.

A doua zi l-am văzut căutând actele şi fişa completată de femeie şi membrii familiei. Era un caz ceva mai vechi şi numai „întâmplarea" făcuse ca, fără nici un motiv, acele acte să fie puse într-un loc separat şi nu împreună cu sacii de acte şi fişe care zăceau cine ştie pe unde. Când a dat de ele, abia atunci s-a mai liniştit. S-a adresat apoi unui şef de la politie care a dovedit înțelegere, a cercetat cine era individul şi aflase că lucra în

cadrul pazei aeroportului Otopeni. Cetățeanul a fost chemat la sediul politiei, i s-au pus actele în față împreună cu fişa semnată şi, confruntat cu aceste evidente, individul şi-a cerut scuze, mai ales că i se adusese la cunoştință că, având în vedere probele aduse, poate fi dat în judecată pentru amenințarea cu moartea şi nu îi va fi bine. Astfel, până la urma s-au liniştit lucrurile în această problemă. Abia mult mai târziu am aflat situația reala prin care trecuse nenea Popa, şi eu alături de dansul, fără ca măcar să bănuiesc ceva. Discutând despre acest subiect cu un musafir, îl aud la un moment dat spunând: „În seara aceea am fost cu infarctul în buzunar. Dacă nu era copilul acesta cu mine să-mi facă masajul pe care i l-am spus, acum poate eram mort". La auzul acestor cuvinte am simțit ca-mi îngheață inima în piept, realizând în acele clipe dramatismul situației prin care trecusem atunci, fără să ştiu. Căci nenea Popa ştie ce spune atunci când se adresează cuiva.

* * *

Aflându-se în parc, înconjurat de oameni, apare pe alee o femeie ce se îndrepta spre nenea Popa. Îi era rău. Abia se mai ținea pe picioare. Dansul o observă, îi adresează câteva cuvinte, după care se uita puțin în jur şi, deodată se îndreaptă spre un copac anume. Îl încarcă cu

energie după care îi spune femeii să se apropie de el. Când ajunge la 2 - 3 metri de copac se opreşte brusc şi începe să tremure din tot corpul, de parcă ar fi fost electrocutată. După un timp se opreşte. Înainte era aproape moartă. Acum se înveselise şi arăta plină de viață.

Interesant era faptul că ceilalți din jur, dacă se apropiau de copac şi îl atingeau nu simțeau nimic. Un alt aspect surprinzător era şi faptul că, după mai multe zile, femeia, venind în parc şi apropiindu-se de pomul respectiv, resimțea aceeaşi încărcare energetică, deşi nenea Popa nu mai era prezent. Însă acest lucru nu a durat prea mult. Într-una din zile, venind din nou în parc, a descoperit cu tristețe că acel pom fusese tăiat de nişte „binevoitori", să-l facă lemn de foc.

* * *

Este după amiază. Pentru moment acasă este linişte. Dar nu pentru multă vreme. Cineva bate la uşă. Texi, conştiincios, începe să latre. Este o familie venită din provincie însoțită şi de câțiva prieteni. Întrevederea durează câteva ore, oamenii, cu toții află lucruri noi şi uimitoare despre starea lor de sănătate, primesc şi sfaturi, ce trebuie să facă să-şi rezolve necazurile, cum ar putea să-şi organizeze viața de acum încolo astfel încât să îşi îngrijească sănătatea fizică şi mai ales psihică în aceste vremuri mai agitate. Spre seară,

târziu, musafirii se ridică şi îşi iau la revedere, plecând mulțumiți, cu lucruri noi aflate despre ei şi felul cum să-şi orânduiască viața ca să aibă un trai echilibrat. La despărțire, soția rămâne să mai discute o problemă mai aparte.

Fusese măritată o dată, iar actuala căsătorie era o legatură deosebită, înțelegându-se foarte bine cu actualul soț. O problemă exista totuşi. Cam de zece ani soțul nu mai putea să-şi indeplinească în totalitate menirea de partener de viață, fapt care însă nu a deranjat-o prea mult pe soție. Relația lor era atât de intimă şi profundă încât reuşeau să treacă uşor peste acest inconvenient. Totuşi, după vreo zece ani de conviețuire în aceste condiții, dânsa începuse să aibă ceva probleme pe cale hormonală, o dereglare care începuse să-i afecteze sănătatea. Soțul, om de un caracter deosebit, nutrind sentimente de dragoste şi admirație pentru soție, se hotărăşte să discute cu ea şi, de comun acord decid că ea trebuie să rezolve într-un fel această problemă care începuse să-i afecteze sănătatea şi în acelaşi timp să îşi salveze şi căsnicia la care țineau amândoi atât de mult. Deci ea şi-a găsit un prieten, soțul fiind în cunoştință de cauză. Era într-adevăr o stare de compromis, dar soțul a reuşit în aceasta situație să vadă în partenera de viață o soră şi să caute să o ajute.

Față de această stare de fapt este interesantă remarca lui nenea Popa: „Ai ajuns la dereglare

hormonală nu din lipsa propriu-zisă a acestui act, ci datorită gândirii. Gândirea animalică a celor din anturajul în care trăiai ți-a influențat propria gândire şi ai gândit că ai nevoie de aşa ceva. Aceasta gândire inoculată de anturaj te-a îmbolnăvit. Caci altfel cum iți explici că atâtea milioane de femei de pe acest glob care şi-au dedicat viață activităților religioase şi nu mai au vreun act sexual, îşi desfaşoară o activitate normală, muncesc în cadrul mânăstirilor, a altor aşezăminte religioase sau de caritate, sunt sănătoase, zdravene, trăiesc şi mor fără să aibă probleme de genul celei despre care îmi vorbeşti dumneata".

În fine, cert era că în prezent, distinsa doamnă, un om cu bun simt, nu îşi mai găsea liniştea interioară, compromisul în care trăia îi chinuia inima, căci era o persoană corectă şi de bună credință. Îl implora pe nenea Popa să-i spună ce să facă.

Dl. Popa, cu o voce blândă, dar fermă şi fără drept de tăgadă, îi răspunde: „Doamna, eu nu mă ocup de asemenea probleme. În privința aceasta eu nu te pot ajuta. Pot însă să iți sugerez un sfat. Dar este problema matale şi tu eşti cea care trebuie să decizi ce să faci. Singura ai intrat în horă, singură trebuie să te retragi, dar fii atentă! Să te retragi fără să strici hora. Din mers, fără să stânjeneşti continuarea jocului de către cei rămaşi. Încet, faci un pas în spate, doi, trei, mai

mergi puțin în pas cu hora, împreunezi, în spațiul gol ce a fost al tău până mai adineaori, mâinile celor rămaşi şi te retragi, discret”.

Cap. IX - AMERICA ŞI CANADA

În urma activității desfăşurate în America, de ajutorare a unor semeni aflați în suferință şi a rezultatelor obținute de aceştia, revista Zum din New York îi solicită un interviu inginerului Popa, apărut pe data de 15 oct. 1993, sub titlul „Valeriu Popa, un Edgar Cayce al românilor”. Iată câteva fragmente din el:

„...Zum - Cum faceți ca dvs., care sunteți de profesie inginer şi nu medic, ați ajuns la adevărate performanțe medicale?

V.P. - Eu am intrat în corpul uman inginereşte, mergând de la ideea că efect fără cauză nu există. Ori, un bun cercetător, un bun analist tratează întotdeauna nu efectul, ci cauza. Plecând de la această premiză, am început să lucrez cu mine pentru că la vârsta de 20 de ani am fost bolnav de cancer pulmonar avansat. O altă premiză luată în considerație a fost aceea că Natura, aşa cum spunea Humboldt, are întotdeauna dreptate şi că cei care greşesc sunt oamenii. Ori de câte ori oamenii tulbură echilibrul natural, acest fapt atrage asupra lor consecințe de la nefaste până la dezastruoase. De aceea, dintre cei care vin la mine, se autovindecă aceia care înțeleg că sunt bolnavi pentru că sunt vinovați, pentru că au tulburat echilibrul Naturii

şi care, în consecință, se apucă să lucreze cu ei înşişi. De fapt eu nu tratez, ci numai constat, inițiez şi îndrum. Obține rezultate cel care ascultă şi respectă ce îşi spune prin mine.

Şi acum dați-mi voie să dau câteva definiții ale vieții, sănătății, bolii şi morții, aşa cum le înțeleg eu.

Viața este cea mai dură şcoală a acestei planete. Prin ea trec toate forțele emanate de la Natură, Divinitate. Diferența dintre şcoala primară, liceu, facultate, etc. şi şcoala vieții constă în faptul că în cadrul primelor, examenele se mai pot lua încă prin milă, pile, forță, bani, pe când la şcoala vieții, numai prin suferință.

Sănătatea este cea mai perfectă meserie, deoarece corpul uman este cea mai perfectă maşină a acestei planete. Ori o maşină atât de completă şi complexă, cine o poate conduce altcineva decât un meseriaş desăvârşit în domeniul sănătății pe cale naturală? De unde putem noi învăța această meserie? Singura sursă este Natura.

Boala este o manifestare determinată de dereglarea sub limita de toleranță a fizicului sau a psihicului.

Moartea este un efect al dezechilibrării peste limita de toleranță a organismului, dezechilibru pe care corpul uman nu-l mai poate suporta, având loc în consecință disocierea celor două

componente ale sale, fizicul şi psihicul, cel din urmă plecând în alte dimensiuni, în alte sfere de existență. Cum fiecare dintre noi este muritor, ar fi bine să întelegem cu totii ce este moartea, cum are loc acest proces fiziologic şi ce se întâmplă în conştiința omului după aceea. Astfel, pentru că omul are frică numai de ce nu cunoaşte, nimănui nu i-ar mai fi teamă de moarte.

Zum - Domnule Popa, ce puteți să ne spuneți despre cauza bolilor?

V.P. - Cauzele principale care duc la îmbolnăviri sunt în număr de 9. Încercând să le combat eu mă ocup de destresare, deparazitare, dedrogare (alcool, tutun), dezintoxicare, detoxifiere, imaginație, voință, somn, respirație şi mişcare.

Zum - Şi astfel îi vindecați pe bolnavi?

V.P. - Nu, eu nu vindec, vindecarea o face doar Divinitatea; eu doar îl învăț pe bolnav ce să facă şi dacă el vrea să se vindece, se autovindecă urmând sfaturile mele.

Zum - Spuneți-ne cum constatați, cum ştiți că omul pe care îl cercetați este bolnav sau are o afecțiune în anume loc? Am asistat cu uimire la câteva demonstrații în cursul cărora ați descris perfect afecțiunile celor examinați şi bolile de care aceştia au suferit în trecut, ca să nu mai vorbim de cei cărora sub ochii nostri le-ați pus diagnosticul, observându-le fotografia sau doar

vorbind la telefon cu ei. Cum reuşiți toate acestea?

V.P. - Atunci când am un contact direct cu bolnavul, îmi plimb mana peste corpul lui, bioenergia mea furnizându-mi toate datele de care am nevoie: care este organul afectat, cât de veche este afecțiunea şi cât de gravă, ce trebuie făcut, etc. Pur şi simplu ştiu. Toate acestea îmi vin în minte în mod automat.

Zum - ...Şi reuşiți să vindecați orice fel de bolnav, pe absolut oricine?

V.P. - Vedeți, trebuie să înțelegem că există două categorii de bolnavi: cei care vin în această viață „autoprogramați", destinați a se îmbolnăvi şi cei care nu se nasc cu „autoprogramare", aşa numiții „autoaccidentați".

Zum - Cum adică „autoprogramați"?

V.P.- Boala este o încălcare a legilor Naturii, în termeni religioşi este un păcat; în cazul „autoprogramaților" ea reflectă întodeauna un păcat săvârşit de om cândva, într-una din viețile precedente. Trebuie să înțelegem că nimic din ceea ce omul gândeşte, simte, grăieşte şi făptuieşte nu se pierde, ci rămâne înscris în Memoria Universală.

Zum - Deci, acesta ar fi destinul lui?

V.P. - Exact, infirmitățile sau punctele cu rezistentă scăzută din organism, sistemele sau organele care vor ceda primele la boală, pe care un individ le are de la naştere, sunt astfel

programate ca o consecință a acțiunilor omului respectiv din încarnările anterioare. În acest caz soluțiile mele sunt limitate. Cei care au o încărcătură destinatală (karmică) negativă mare din viețile precedente, nu pot fi ajutați nici de mine, nici de alți vindecători, nici măcar de Divinitate, pentru că Dumnezeu nu intervine în legea karmei, care este legea echilibrului, legea armoniei Universale. Ceea ce ai făcut, aceea vei suferi.

Numai în cazuri foarte speciale, prin rugămintea intermediarilor dintre oameni şi Divinitate sau dacă individul respectiv are o misiune specială în viața actuală şi este în locul şi timpul în care trăieşte, Divinitatea mai intervine, prelungind viața omului, sau scutindu-l de suferințele pe care el însuşi şi le-a programat, cândva în trecut.

Bolnavii din a doua categorie, cei „autoaccidentați” , ajung la starea de boală datorită nerespectării unor reguli de viață, fie din necunoaştere, fie din neglijență.

Zum - Va referiți la cei care nu vin cu încărcătură karmică negativă din viețile precedente, însă şi-o construiesc pe parcursul acestei vieți.

V.P. - Exact. Pe aceştia îi pot ajuta fără probleme, chiar dacă se afla în prăpastie. Constat despre ce este vorba, le spun ce să facă şi dacă urmează ceea ce le spun, aceştia ies din

prăpastie. De exemplu, o fetiță de 17 ani, bolnavă de leucemie şi condamnată la moarte, respectând tratamentul dat de mine, trăieşte la ora actuală, perfect sănătoasă, având şi copil.

Zum - Ce fel de bolnavi ați ajutat, de ce fel de boli s-au autovindecat până acum?

V.P. - Cancere: uterin, ovarian, mamar, de colon, de plămâni, tumoră cerebrala, leucemie, psoriazis, scleroză în placi, diabet, ciroză. Mai recent, am în tratament şi copii bolnavi de SIDA, care până în prezent au scăpat din prăpastia morții.

Zum - Bine, dați-ne un singur exemplu că să putem înțelege câte ceva din aceste miracole. Cum vindecați de pildă pe cineva care are cancer?

V.P. - Simplu, prin dezintoxicare. Eu nu cunosc decât o singură boală, sânge alterat, sau mai pe româneşte sânge stricat gradul I, II, III, IV. Practic eu îl învăț pe individ să-şi purifice sângele.

Zum - Cât costa la dvs. o „vindecare", care sunt condițiile de plată în care lucrați cu un bolnav?

V.P. - Pentru mine, nu primesc nici un ban. Nici în trecut, nici în prezent şi nici în viitor nu am acceptat şi nu voi accepta niciodată o recompensă materială pentru binele pe care îl fac semenilor. Omul pleacă din viață cu două lucruri: cunoştințele pe care a fost capabil să le

acumuleze şi faptele iubire. În schimb, dacă cel pe care îl ajut are posibilitatea şi doreşte să ofere bani, îi cer acestuia să doneze o sumă oarecare bisericilor, orfelinatelor, celor sârmani şi necăjiți.

Zum - Va rugăm spuneți-ne, cam ce am putea face ca să evitam boala? Ce sfaturi ne dați?

V.P. - În primul rând unele alimentare. Indiferent ce mâncați, încercați că 80-90 % din dieta dvs. să fie constituită din fructe, salate şi legume crude. În 1948 am citit că „poporul american este subalimentat" şi am rămas surprins de aceasta afirmație. Atunci n-am înțeles, însă cred că înțeleg acum. Stilul de viață din America iți lasă foarte puțin timp în care să te ocupi de mese. Oamenii nu au timp să-şi pregătească mâncarea şi de obicei servesc feluri gata preparate, care sunt 99% „moarte". Orice mâncare pregătită este din punctul meu de vedere, moartă. Dacă spre exemplu, va pregătiți o supă sau o ciorbă, din cei doi morcovi pe care obişnuiți să-i puneți, unul fierbeți-l, însa pe celălalt adăugați-l crud. Evitați pe cât puteți carnea prăjită pe grătar. Un studiu al japonezilor a indicat că o friptură la grătar echivalează cu fumatul a 80 de țigări, gudroanele depuse pe carne în timpul preparării sunt cancerigene. De asemenea, dacă puteți, consumați zilnic câte 2 linguri de tărâțe de grâu pentru a evita constipația. Orice aliment ingerat şi care sta mai mult de 72 de ore în organism, devine otravă

curată. Țineți minte, toți cei care sunteți constipați şi va tratați această boală cu medicamente, va distrugeți viața. Toți cei care suferiți de constipație, consumați alimente bogate în fibre, pentru a stimula peristaltismul intestinului gros. Cuplurilor care se pregătesc să aducă pe lume un copil, atât femeia cât şi bărbatul, încercați să scăpați de constipație înainte de a concepe copilul, deoarece toxinele care sunt reținute în sânge, mai ales în sângele mamei, vor afecta sănătatea copilului.

Pentru mame: dacă aveti posibilitatea să alăptați, faceți-o, şi încă cât mai mult timp posibil, până când copilul împlineşte vârsta de 8-9 luni. O altă problemă referitoare la copii dvs.: supravegheați sănătatea copiilor în privința paraziților, aveti grijă să nu aibă viermi intestinali. Atât preventiv cât şi pentru tratament, dați copiilor dvs. să consume semințe de dovleac, 30-50, sau 10 pentru copiii mici şi ceai de cimbrişor.

Am mai observat că în America este foarte răspândit la femei cancerul uterin, iar la barbați cancerul de stomac şi al colonului descendent datorită hemoroizilor. Cauzele principale ale celui din urmă sunt: statul pe scaun un timp prea îndelungat, mersul în maşină, lipsa de mişcare. Astfel, pentru prevenirea acestor maladii încercați să faceți mişcare în fiecare zi, gimnastică sau să alergați. Pentru profilaxia oricărei boli vă

recomand să încercați să dormiți fără să vă induceți somnul cu medicamente. Sănătos este somnul natural, căci în timpul acestuia noi ne încărcam energetic, ca un acumulator care s-a descărcat în timpul zilei. De asemeni, orientați în aşa fel patul încât să dormiți cu capul spre Nord. Evitați stresul şi emoțiile negative puternice, sentimentele negative, cel de ură, răutate, invidie, de inferioritate, cel de frustrare, frică, toate acestea degajă energie negativă care se va răsfrânge apoi asupra sănătății dvs.

Şi acum, în încheiere doresc să vă mai spun un singur lucru: dragi români, oricât de departe v-ați afla de locul în care v-ați născut, oricât de înstrăinați v-ați simți, nu va criticați țara, nu vă criticați neamul. Dacă vreți, criticați oamenii politici care sunt trecători, însă nu țara şi poporul, români ca şi voi. Să ştiți că un om bolnav poate fi ajutat cel mai bine să se vindece în locul în care s-a născut, paternul lui bioenergetic funcționează cel mai bine în acest loc".

Aceste fraze rostite de nenea Popa în America, în octombrie 1993, îmi aduc aminte de alte cuvinte ale lui, rostite într-o împrejurare despre care nu îşi imaginase vreodată că ar fi posibilă.

Era pe vremea problemei cu „transcedentalii". Dimineața, nenea Popa ajunge la serviciu şi nu după mult timp vine la el un coleg şi îl anunță că este aşteptat în sala de şedințe. Ajuns acolo fără

să ştie despre ce este vorba, intră şi vede sala plină de şefi, colegi, unii de pe la guvern, serioşi, gravi, cu o purtare cam ciudată.

Şedința începe şi, dintr-o dată, simte că parcă cerul cade pe el. Îi aude pe şefii, colegii care până ieri îi fuseseră prieteni (pe unii dintre ei îi ajutase când au avut probleme mai dificile cu sănătatea, ei sau membrii ai familiei lor) că încep să îl acuze, să îi aducă tot felul de învinuiri de neimaginat, îl fac trădător de neam, fascist şi câte şi mai câte. Rămas fără glas, singur între ei, abia mai poate bâigui; „Cine, eu?” Şi întrebarea i se repeta mecanic, aproape obsedant, în minte. Aşa ceva era imposibil. Şi totuşi era adevărăt. Toți cei din sală se adunaseră acolo cu un singur scop, să-l facă vinovat de nişte monstruozități incredibile. Înlemnise. Nu mai putea face nici un gest, nu mai putea scoate nici un cuvânt. Prin ceață îi vedea pe cei din sală , de auzit parcă nici nu-i mai auzea. După un timp, aude că prin vis că i se dă cuvântul. Formal, desigur, căci era condamnat încă dinainte să fi intrat în sală. Cu greu se ridică, vocea îi tremură, avea un nod în gât de care nu era chip să scape, abia îşi stăpânea lacrimile ce-i umpluseră ochii. Cu o voce ce parcă nu era a lui a reuşit să spună atât: „Mă fac vinovat cu toată ființa mea că am vrut să cunosc nişte fenomene ale ştiinței de mâine de la unii pretinşi oameni, dacă este aşa. Mâine, când aceste fenomene vor fi demonstrate ştiințific vă va

fi ruşine pentru ceea ce faceți astăzi cu mine, iar eu vă voi dovedi că sunt un român cinstit şi drept, mai mult decât mulți dintre voi, cei care azi mă judecați". Apoi şi-a făcut cruce şi a zis, mai încet, ca pentru sine: „Doamne, iartă-i că nu ştiu ce fac". În continuare, cei din sala şi-au jucat până la capăt rolurile ingrate, comunicându-i, printre alte măsuri luate împotriva lui şi faptul că a fost destituit din funcția deținută până atunci, fiind şi dat afară din serviciu (pana mai cu o zi înainte fusese un om respectat, integru, apreciat pentru munca sa şi atitudinea corectă, principială, față de colegi, şefi, personalul instituției).

Şedința s-a încheiat. S-a ridicat şi a mers încet către uşa de ieşire. Afara, pe culoar, paşii îl duceau parcă singuri. Încotro?...

Anii au trecut... Câți dintre cei aflați atunci în sală au făcut până în prezent să se vorbească despre ei prin faptele lor bune? Câți au dovedit prin faptele lor bune recunoscute de semeni, din țară şi străinătate, că sunt buni români?

Dar nenea Popa? În prezent este cunoscut aproape în toată țara prin faptele lui de ajutorare a celor aflați în necaz. Dovada? Sutele de scrisori de mulțumire, altele care cer cu disperare ajutor, zecile de oameni care vin zilnic la uşa dansului cerându-i sfatul şi sprijinul, zecile de copii, tineri şi bătrâni strânşi în jurul lui când iese în parc, ascultându-l cu nesaț când le vorbeşte, sălile de

conferință pline când tine vreo prelegere, telefonul care sună zi şi noapte, cei care îl caută din America, Canada, Anglia, Germania, Italia, Grecia..., articolele din publicațiile din țară şi străinătate, cartea scrisă de doctorul Octavian Popescu despre faptele sale bune. Dovada?... Însuşi nenea Popa, care mai este încă printre noi.

În fața acestei copleşitoare realități, murmur în gând: „Doamne, ajuta-i pe aceşti bieți neştiutori să-şi recunoască greşeala şi să-şi găsească pacea sufletului, căci nenea Popa i-a iertat de mult". De când?... Chiar de la început.

În seara zilei în care i se comunicase că a fost dat afara din serviciu şi încă altele, ajunge într-un târziu acasă. Se dezbracă încet în hol şi, cu paşii grei, înceti, aproape târşâiți, ajunge în dormitor. Aici îngenunchează la icoană şi începe să se roage plângând şi murmurând: „Doamne, iartă-i că nu ştiu ce fac!"

Încercând să ținem pasul cu nenea Popa, ajungem în Canada. Aici, lumea ştia deja că e sosit pe meleagurile lor. Îl căuta, îl solicita să-i ajute, îi cer sfaturi, îl asaltează cu întrebări, şi aşa trec zilele pe nesimțite. Reuşeşte să discute cu el şi un ziarist de la revista Luceafărul romanesc din Montreal şi în nr. 45 din septembrie 1994, găsesc un articol intitulat „Valeriu Popa - omul axiomă".

Citindu-l, descopăr câteva referiri despre cazul unui copil, Alexandru, ajutat de dansul şi

mi-aduc aminte de povestea lui. Alexandru a visat şi a spus părinților lui că în parcul 23 August este un nenea Omu cu un cățel negru, care o să îl facă bine.

A fost adus în brațe (nu se putea tine pe picioare) la dl. Popa, pe când avea 9 ani şi tumoare cerebrală. După consultație şi stabilirea diagnosticului, în timp ce domnul inginer prescria părinților tratamentul, băiețelul, aşezat pe o bancă, a murit. Mama i-a aprins lumânarea.

V.P. ne relatează: „Am mers la el. Era în moarte clinică, jumătate ieşit din corp. Prin pase energetice l-am readus la viață. Am mai văzut 3-4 copii, după care a trebuit să mă odihnesc. Cedasem o cantitate foarte mare de energie şi nu mă simțeam prea bine. Când mi-am revenit am văzut un copil voios, normal, care alerga şi se juca cu cățeluşul meu. A mers pe picioarele lui, trăgându-i cu forța pe părinți, până la ieşirea din parc, unde a trebuit luat din nou în brațe".

Când s-au urcat în autobuz, a început să miroasă atât de tare încât nici cei din jur nu mai puteau suporta. Ajunşi acasă, mama l-a dezbrăcat, crezând că a făcut pe el, dar a constatat că era doar mirosul transpirației. Hainele au trebuit aruncate pe balcon, iar lenjeria de corp pusă la fiert în cazan. La un moment dat, în timpul fiertului, spuma de la suprafață s-a revărsat peste gura cazanului şi a

curs pe aragaz, atacând smalțul şi topind butonii aragazului.

A doua zi a trebuit tuns pentru aplicațiile de cataplasme cu foi de varză pe zona bolnavă, dar frizerița s-a temut: pe ceafă avea o tumoare ca o jumătate de măr înroşit.

V.P: „A venit din nou în parc şi, sub ochii lumii, am redus tumoarea la jumătate. Apoi copilul s-a ridicat şi a început să se joace. Dar, din nou, la ieşirea din parc a trebuit luat în brațe. A venit foarte mult timp. Îl încărcam zilnic. Deoarece i-am transmis o cantitate foarte mare de energie din mine, între noi s-a stabilit o legatură.

Sunt ani de atunci, dar dacă îl întrebi şi astăzi, Alexandru ştie în fiecare moment ce fac eu. De exemplu, le spune oamenilor dacă mai vin sau nu în parc, de ce nu vin, cu cine mă întâlnesc. Pentru el, eu sunt Nenea Omu".

În articol se vorbeşte în continuare despre uimitoarele manifestări la care sunt martori numeroşi oameni veniți să îl vadă, despre cum pune diagnostic pe fotografii, la telefon, chiar şi postum.

Vine la dl. Popa fostul campion la box, S.F. şi îi arata o poză:

- Ce-mi spuneți despre fratele meu mai mic?

- Minți, (erau mai intimi) nu e fratele tău. Ba... săracul, e mort de trei zile, s-a înecat şi nu l-ați mai găsit. Era adevarăt.

Reporterul, fiind martor la aceste uimitoare performanțe, îndrăzneşte să îl supună şi el la un test pe „olteanul diagnostician”.

- Spuneți-mi, Nenea Omule despre bătrâna mea mamă.

- Dă-mi mana, i-a zis. Mama Floarea, cum o divinizezi, a dus două ictere pe picioare. Pentru cei 83 de ani ai sai o duce foarte bine. Dar... e în cer.

- Aşa este, îi răspunde tulburat ziaristul.

Discutând despre numeroasele afecțiuni şi suferințe ale oamenilor, V.P. susține că orice boală sau moarte prematură, înainte de 111 ani, constituie accidente datorate infracțiunii de nerespectare a regulilor naturale ale vieții, deci boala putând fi prevenită şi remediată. Şi tot după diagnosticianul în cauză, principalii factori incriminați în producerea bolilor sunt: stresul peste limita de tolerantă, respirația incorectă şi în mediu viciat, nutriția nerațională, mesele la ore neregulate, digestia incorectă, consumul de grăsimi animale, afumături, băuturi alcoolice distilate, cafea, dulciuri, pâine albă, orice proteine în exces, fumatul, oboseală cronică, excesul sexual, nerecuperarea prin odihnă, sedentarismul, dantura incompletă sau deteriorată, neeliminarea rezidurilor şi toxinelor din corp la timp, constipația cronică, lipsa de curățenie corporală, angajarea în munci neadecvate, munca şi conviețuirea cu persoane

care nu te şi nu le agreezi, automedicamentația fără prescrieri, etc.

Ziaristul ne informează că la Montreal, romanii şi autohtonii care îl vizitaseră deja pe nenea Popa până la data scrierii articolului depăşiseră numărul de 3000 de vizitatori. Tot din paginile revistei mai aflam că la Bucureşti, în cadrul Universității Ecologice condusa de prof. univ. dr. Dolphi Drimmer, acesta a înființat, la inițiativa d-lui Popa, Facultatea de Ştiințe Cognitive şi Parapsihologie, unde şi dl. Popa activează ca profesor. După revenirea în țară, pentru aceasta facultate, dl. Popa a donat cărți aduse din America şi Canada, valorând peste 11.000$. Pe lângă acestea, în expunerile de la conferințe sunt prezentate casete video , audio, cu vindecări (unele cazuri prezentate în carte există şi ele pe casete video), cu manifestări aşa-zise paranormale adunate din întrega lume, studiate şi evidențiate în mod ştiințific, sunt prezentate diferite ipoteze care încearcă să explice aceste fenomene, care nu mai sunt contestate, dar nu sunt înțelese încă. Se expun şi studii ştiințifice înregistrate pe casete video despre diferite terapii naturiste practicate în lume, despre viața animalelor, plantelor, insectelor, ipoteze despre originea omului, evoluție, etc.

În timpul cât a stat în Los Angeles, dl. Popa l-a întâlnit şi pe Aristide Buhoiu şi în urma discuțiilor avute cu dansul, acesta publică un

articol în revista Universul, al cărei director este. Titlul articolului, „Inginerul Valeriu Popa e tot mai convins - ROM@NIA POATE DEVENI ȚARA MIRACOLELOR…”

Legat de acest subiect dânsul observa: „În ultimii doi ani se petrec tot mai multe fenomene inexplicabile în Romania, de natura paranormală. În acelaşi timp apar declarații ale unor persoane din alte tari, cum e cazul unei bătrâne din tribul Ba Ndibu din Zair, care afirma că Romania este un pământ ales de Dumnezeu pentru minuni ce nu vor întârzia să apară.

La aceasta afirmație Valeriu Popa adaugă o serie de exemple despre oameni maturi, adolescenți, copii, care apar cu manifestări ce deocamdată ştiința nu le poate explica, dar a căror realitate este evidentă prin repetabilitatea lor; prin bioenergia ce iradiază prin mâinile lor, aceştia pot ridica diferite obiecte, inclusiv sticle, obiecte din plastic, cărți etc., pot vedea afecțiuni ale organelor interne, pot vindeca prin atingerea cu mana a zonei bolnave, ş.a.m.d. O astfel de tânără, cu reale perspective este şi Lavinia Tatomir, din Craiova.

„Se pare că deasupra României există de câțiva ani un tunel de energie care în prezent pluteşte deasupra munților Carpați, influențează şi dă României valori imense pe cale parapsihologică. De aceea, pregătiți-vă şi pentru a doua parte a corpului uman. Lasați partea

fizică, că nu plecați din această lume decât cu două mari acumulări: cunoştințele ştiințifice din toate domeniile şi faptele de iubire".

Într-una din conversațiile cu ziarişti americani, întrebat la un moment dat dacă, pe lângă capacitatea extraordinară de a pune diagnostice exacte după fotografie, prin telefon etc., a mai obținut şi alte performanțe în lucrul cu propriul corp, Valeriu Popa răspunde: „Da, am reuşit, şi încă cu mult timp în urmă. În tinerețe am fost supus unei operații de apendicită fără anestezie, deasemeni suport extracții sau lucrări dentare fără administrarea în prealabil a vreunui anestezic, am făcut cure de dezintoxicare de 10 zile fără apa şi mâncare şi 52 de zile fără mâncare, consumând doar apă distilată, merg iarna la țară, în picioarele goale pe zăpadă, iar de curând, am vizitat în Pennsylvania un centru unde cei care doresc se pot înscrie pentru a învăța să meargă desculți pe cărbuni aprinşi. Eu am reuşit să merg pe cărbuni aprinşi pe o distanta de 10 metri, fără să sufăr nici un fel de arsură la picioare.

Tot de tânăr am avut în mine dorința să-i cunosc pe aşa numiții „vraci" din Africa, lucru care a fost posibil când am fost trimis pe linie de serviciu într-o delegație în Congo Brazzaville. Când am ajuns acolo m-am interesat de existența unui astfel de vraci şi am şi aflat unul, bineînțeles. Am încercat să pătrund la el, lucru

realizat cu foarte mare dificultate căci vraciul nu primea străini. Odată pătruns, se pare că i-am câştigat încrederea căci i-am definit pe loc 5 afecțiuni de care el însuşi suferea.

Din cele 5 vraciul a recunoscut 4 şi astfel pot spune că ne-am „împrietenit". După aceea am asistat la rezolvarea unui caz. A fost adus pe targa un băştinaş care se afla într-o stare gravă, cu temperatura de 40°C. Vraciul m-a întrebat ce are bolnavul, iar eu i-am spus că respectivul suferă de o intoxicație alimentară provocată de consumul de peşte afumat. Întrebați dacă este adevărăt că omul a mâncat peşte afumat, cei care îl transportaseră cu targa au confirmat. Apoi, vraciul a început el însuşi operațiunea de „vindecare". În primul rând, acesta i-a administrat bolnavului un ceai, o infuzie din diferite plante, după care a început să-l maseze pe abdomen. După ce a terminat masajul abdomenului, vraciul l-a apucat pe om de picioare şi l-a învârtit până când omul a început să verse. Apoi, i-a administrat acestuia alt ceai, l-a masat pe abdomen şi în sfârşit, omul a fost în stare să se ridice în picioare. Odată aflat în picioare, vraciul a luat o frunză cu tepi ascuțiți, cum ar fi limba soacrei de la noi, şi i-a trecut-o pe la subrați de câteva ori până când omul a început să sângereze. La început sângele era închis la culoare, apoi a început să se deschidă. Când acesta a ajuns aproape de culoarea limfei,

vraciul a luat o altă frunză, a jupuit-o de pieliță şi i-a aplicat-o bolnavului pe rănile de la subraț. Toată operațiunea a durat două ore, două ore şi jumătate, iar finalul a fost surprinzător. Omul care fusese adus pe targa, cu temperatura de 40°C, s-a sculat sănătos tun, fără febră şi în sunetul tobelor şi al tam-tam-ului, a început să danseze.

Acum, o altă călătorie în alta parte a globului, în India şi Bangladesh, unde deasemeni am avut ocazia să vad nişte lucruri foarte interesante. În Bangladesh, lângă Dacca, se afla tot un astfel de vraci care vindeca cu ajutorul şerpilor şi al scorpionilor. Iată cum decurgea aceasta formă ciudată de tratament. Vraciul avea o cuşcă mare în care se aflau închise cobre şi tot felul de şerpi, precum şi scorpioni. Când i se aducea un bolnav, vraciul punea limba pe pielea acestuia pentru a înregistra în acest mod pH-ul pielii (gradul de alcalinitate sau aciditate). Apoi prindea o cobră sau un alt şarpe din cuşcă pe care îl lasă să muşte dintr-o frunză de bétel, veninul lui lăsând o aureolă pe suprafața acesteia. Astfel, după felul aureolei, vraciul îşi dădea seama dacă pH-ul veninului şarpelui respectiv este capabil să contracareze pH-ul bolnavului pe care el îl testa cu limba.

Trebuie să ştiți că veninul de şarpe este în general foarte alcalin, mergând uneori până la pH. 14 şi, legat de acest lucru, dacă cineva este

muşcat de un şarpe, un antidot puternic este sucul de lămâie; victimei respective este bine să i se taie imediat rana de jur împrejur şi să se aplice pe aceasta suc de lămâie.

Ştiu că toate aceste povestiri sună bizar, însă sunt reale; eu personal am asistat la două astfel de tratamente administrate de vraciul din Bangladesh. În ambele cazuri, bolnavi cu temperatură foarte mare generată de infecții puternice, au fost aduşi şi întinşi pe o rogojină, testați cu limba de către vraci, apoi muşcați de şerpii aleşi de acesta, undeva pe braț, deasupra cotului. Din fericire, amândouă cazurile s-au terminat cu bine, respectiv, după o oră, o oră şi jumătate, foştii bolnavi s-au sculat aproape fără febră şi capabili să meargă singuri. Spun din fericire pentru că tratamentele vraciului erau radicale, „ori-ori”; deci bolnavul ori se vindeca, ori murea pe loc în urma muşcăturii şarpelui. Am urmărit pe unul din bolnavi şi am observat că după două săptămâni acesta era complet restabilit”.

Cap. X – IPOTEZE, IDEI PENTRU CEI CARE VOR SINCER BINELE ROMÂNIEI

MOTIVUL PRINCIPAL CARE M-A DETERMINAT SĂ CONCEP ACEASTĂ FIŞĂ NU A FOST CEL POLITICO-SOCIAL ÎN PRIMUL RÂND, CI REFLECTAREA POLITICO-SOCIALĂ ÎN DOMENIUL SĂNĂTĂȚII POPULAȚIEI, FAPT CONSTATAT APROAPE ZILNIC LA CEI SUFERINZI CARE MĂ CAUTĂ CU DISPERARE. DIN CONSTATĂRILE MELE , PRIMA CAUZĂ CARE DUCE LA ÎMBOLNĂVIRI FIZICE ŞI PSIHICE ESTE STRESUL CAUZAT DE: INCERTITUDINEA ÎN CARE SE AFLĂ ȚARA, LIPSA UNOR NECESITĂȚI CA ALIMENTELE ACCESIBILE UNOR VENITURI MICI, CALDURA, ASISTENȚA MEDICALĂ, PIERDEREA LOCULUI DE MUNCĂ ETC.

FIŞA PERSONALĂ A CANDIDATULUI LA FUNCȚIA POLITICĂ, SAU ECONOMICO-SOCIALĂ (idei şi sugestii)

Explicații:

- această fişă conținând obligații, sarcini şi drepturi, se referă la persoana propusă să candideze în alegerile legislative din anul .....

- fişa va fi completată personal de către orice persoană ce candidează la o funcție politică, sau economico-socială (de la primul până la ultimul funcționar de stat, inclusiv de conducătorul statului).

- fişa va cuprinde obligatoriu punctele înscrise mai jos, iar dacă se consideră necesar , se vor adăuga şi altele.

- alegeți răspunsul corect (tăind cu o bară rubrica incorectă „DA/NU”), pentru a corela afirmația fiecărui punct cu realitatea privind propria persoană a candidatului.

- fişa se va data şi semna.

.....

Fotografia candidatului,
color,
tip paşaport.

.....

Nr. Crt.	AFIRMAȚIA	DA/NU
1	Sunt sănătos fizic şi psihic (dovedit cu acte)	Da/Nu
2	Sunt credincios convins în religia de care aparțin	Da/Nu
3	Sunt căsătorit (confirmare din partea soției)	Da/Nu
4	Nu sunt în divorț şi în timpul mandatului nu voi divorța	Da/Nu
5	Nu am nici un viciu care să mă degradeze ca funcție şi om (coruptibil,	Da/Nu

	alcoolic, afemeiat, cartofor, etc.), iar dacă sunt încă fumător, mă oblig să nu fumez în instituție şi să susțin propaganda contra fumatului şi alcoolismului	
6	Sunt profesionist recunoscut în meseria de: ……	Da/Nu
7	Nu voi admite: nepotismul, corupția, mita etc., sub nici o formă	Da/Nu
8	Nu am făcut nici un fel de politică contra legilor statului	Da/Nu
9	Nu sunt sectant şi nu am relații ascunse cu sectanții (grupuri de indivizi a căror activitate contravine moralei umane)	Da/Nu
10	Sunt ecologist cu toată ființa mea şi voi lupta pentru un mediu sănătos	Da/Nu
11	Toate luările de cuvânt hotărâtoare le voi înregistra pe casetă audio şi le voi păstra pe toată durata mandatului, iar dacă este cazul şi după aceea (în cazul parlamentarilor şi cu alte ocazii mai importante, pe casetă va fi înregistrată şi opinia, pe scurt, a celui ce a condus şedința). Copii scrise după cuvântare vor fi depuse la dosarul instituției	Da/Nu
12	Cuvântările hotărâtoare vor fi scrise şi date celor prezenți la şedință, înainte de a fi rostite, iar în cazul când în cuvântare sunt angajamente, la terminarea alocuțiunii se vor menționa: în cazul în care nu realizez angajamentul la termen, calitativ şi cantitativ, sunt de acord să fiu destituit şi tras la răspundere legal, de cei ce m-	Da/Nu

	au ales	
13	Sunt de acord că retribuția mea lunară să fie la nivelul salariului mediu pe țară. Pentru merite deosebite, statul poate acorda în plus, o sumă ajungând până la triplarea salariului, prin hotărârea colectivului care a ales candidatul respectiv. Pentru funcțiile cu obligații protocolare se vor acorda cheltuieli decontabile (salariul Preşedintelui va fi dublu față de salariul mediu pe țară, cu posibilitatea de a fi suplimentat lunar de către Parlament), caz în care vor fi, obligatoriu, cunoscute de public prin mass-media. Sistemul de salarizare mai sus menționat este necesar pentru a înțelege concret cel ales, cum trăieşte populația țării	Da/Nu
14	Voi da, lunar, dări de seamă în fața celor care m-au ales. Aceştia, prin reprezentanții lor, vor hotărî, când este nevoie, dacă merit să îndeplinesc mandatul în continuare	Da/Nu
15	Votarea se va face, prin semnătură, pe o fişă special concepută, pentru a se înțelege ca de greşelile mele vor fi vinovați şi cei care m-au ales (fiecare colectiv îşi merită alesul, fiecare popor îşi merita conducătorul)	Da/Nu
16	Toate sarcinile hotărâtoare le voi primi şi da în scris, sub semnătură, ştiind că în viață nu am decât un singur prieten adevărat, negru pe alb, scris de mâna lui	Da/Nu

17	În cazul când nu pot completa toate rubricile cu „Da”, nu voi candida	Da/Nu
18	În cazul când comisia propusă să analizeze activitatea mea costată că am greşit şi nu mă scot la timp din funcție, membrii comisiei vor fi destituiți şi condamnați la fel ca mine	Da/Nu
19	Fişa a fost completată şi semnată de mine personal, liber şi nesilit de nimeni, în deplinătatea facultăților mintale, cu dorința ca prin activitatea ce o voi desfăşura pe timpul mandatului, țara mea scumpă, ROMÂNIA, să devină cu adevărăt, un centru de spiritualitate şi corectitudine umană al omenirii	Da/Nu
20	În cazul în care, după alegeri şi în timpul mandatului, mi se va dovedi, cu acte semnate (nu anonime), cercetate de cei în drept, că am mințit, sunt de acord să fiu judecat, condamnat şi introdus pe viață în mina de la Praid, județul Mureş, deoarece nu merit să mai trăiesc printre cei ce m-au ales spre a le reprezenta interesele: vor fi traşi la răspundere, odată cu mine şi consilierii mei (sau cei ce îmi vor fi subalterni direcți), pentru a înțelege că şi ei sunt răspunzători pentru deciziile mele. Ar fi bine ca televiziunea să filmeze mina de la Praid şi alte mine similare pentru a se şti ce-i aşteaptă pe vinovați	Da/Nu
21	Înainte de a candida la alegeri am posedat următoarea avere dovedită cu acte	Da/Nu

22	La terminarea mandatului voi dovedi cu acte averea ce o voi poseda	Da/Nu

Data Semnătura

RECOMANDĂRI ŞI UNELE MOTIVAŢII PENTRU INTRODUCEREA FIŞEI

1. Fiăa completată şi însoțită de fotografia candidatului va fi publicată în presă şi la centrele de votare.

2. Pentru fiecare functie trebuie prevăzută fişa funcției în conformitate cu obligațiile ce-i revin candidatului.

3. Fişa trebuie să fie afişată şi cunoscută de alegători, pentru a concluziona dacă cel propus corespunde funcției, având în vedere ca în final, de greşelile candidatului vor suferi şi alegatorii.

4. Cei care nu vor fi de acord să lucreze cu această fişă fără să arate în mod limpede, concret, cu dovezi şi argumente susținute de fapte, de ce nu sunt de acord şi să propună alta soluție, mai bună, ce poate fi aplicată, iar pentru aplicarea ei să răspundă în fața țării şi a legii, vor fi considerați duşmani nedeclarați ai ROMÂNIEI. Ei sunt aceia care vor să sugă din vlaga acestui popor bogat, dar neinstruit încă.

5. Cele înscrise în fişă sunt foarte dure, dar posibil de realizat de cei ce vor cu sinceritate că ROMÂNIA să devină „Mecca Omenirii” prin spiritualizare, singura posibilitate care îi este pe deplin la îndemână, datorita calităților spirituale de care dispune acest popor.

Aceasta depinde de noi, dacă vom începe să răspundem la cele trei mari întrebări: De unde venim?, Cine suntem?, Unde mergem? Şi dacă vom fi convinşi, ştiințific şi religios, ca de la gând, privire, gest, vorbă, faptă, totul se înregistrează şi se computerizează undeva, fiind direct răspunzători față de noi înşine, mâine (când psihicul nostru nu va mai fi pe Pământ), toate acestea ne vor da de gândit că vom plăti tribut greu pentru orice greşeală săvârşită în decursul vieții.

În cazul în care candidatul ales a greşit, să fie publicat în presă, prezentat la radio, TV, împreună cu subalternii direcți şi consilierii personali, oficial angajați pentru a-l ajuta la îndeplinirea mandatului, cu fotografiile lor, încât şi aceştia să cunoască ruşinea împreună cu el, dacă au ruşine şi ştiu cu adevarăt ce înseamnă ruşinea. Până nu ne va fi ruşine de faptele noastre urâte, țara românească va fi de rasul lumii întregi. Merită poporul nostru aceasta ruşine? Până când să ne fie ruşine să spunem că suntem români, când mergem să ne cazăm la un hotel din țările aşa-zis civilizate? Ce au ei în plus

față de noi? Au două capete pe umăr? Nu! Ei au învățat de mult ce este ruşinea! De cine depinde să ne spălam de ruşine? De fiecare din noi. Şi dacă este aşa, hai să o facem cu sinceritate, alegând cu multă atenție şi discernământ români cinstiți şi drepți, care să ne reprezinte cu cinste şi să ne învețe prin exemplul faptelor lor să nu ne mai fie ruşine.

6. Conducătorii partidelor sunt rugați să analizeze cu foarte mare atenție această fişă, dacă sunt români cu adevarăt, să adauge în plus, dacă consideră necesar, şi alte idei în afara celor trecute în fişă şi să o propună de urgență Parlamentului spre aprobare, pentru a deveni funcțională cât mai repede.

Propunând candidații după această fişă, 80% din propaganda electorală actuală se va reduce, şi deci, vor scade cheltuielile financiare, finanțe de care avem multă nevoie. Cu banii economisiți astfel ar putea fi terminate multe locuințe care spre ruşinea noastră stau în paragina, ca şi alte lucrări necesare.

Atunci vor vedea partidele cât este de greu să găseşti 3-4 candidați, pentru fiecare functie, care să indeplinească condițiile cerute de fişă. Acele partide vor deveni puternice şi demne de încredere în față țării, care vor propune câți mai mulți candidați de calitate fizică şi psihică.

Ar fi bine că fişa să fie discutată şi în colectivele de muncă din intreprinderi, facultăți,

etc. şi la televiziune în special, pentru a cunoaşte opinia publică asupra ei.

Cei ce nu sunt încă de acord cu această fişă, să răspundă în faţa ţării de ce nu sunt de acord, dar să propună altă fişă, sau altă formă prin care să ne garanteze şi să răspundă cu libertatea lor pentru deciziile ce le iau, să ne demonstreze prin fapte că sunt cu adevărăt români şi îi vor ţării binele, din tot sufletul.

Lucrând cu această fişă, îi vom ajuta să nu greşească pe cei care ar dori-o şi astfel nu vom mai ajunge să strigam, spre ruşinea noastră, în faţa lumii întregi, „jos guvernul, jos preşedintele", pentru care noi am semnat şi votat să ne conducă, şi nici să le cerem moartea şi să-i executam, în caz de forţă, precum am mai făcut-o.

Fişa o vor completa numai cei ce se consideră „oameni potriviti la locul potrivit". Aceia nu se vor gândi la ce-i aşteaptă, ci vor gândi şi acţiona în fiecare moment urmărind ce trebuie să facă să nu-i aştepte răul. (Americanii şi alţii la care noi privim cu admiraţie, lucrează de mult după aceste principii. Sunt sigur că orice candidat american ar semna cu ambele mâini această fişă).

Politicianul Om nu va fi de acord cu aceasta fişă, deoarece el se gândeşte ca, prin politică să să-şi satisfacă în primul rând interesele sale personale (şi după aceea ce va fi).

Omul politic va fi de acord cu această fişă, deoarece el vrea binele țării, conştient fiind de greutățile prin care va trece.

În momentul când am conceput această fişă, care poate fi îmbunătățită de cei care vor înțelege mai devreme că România trebuie să se spele de ruşinea în care pluteşte, am fost conştient că voi fi discutat de unii, visător, idealist sau mai ştiu eu cum, de alții. Aceste aprecieri le vor face cei neinstruiți încă sau care vor că România să fie încă de râsul lumii sau să nu mai existe. Motivele pentru care procedează astfel le cunosc ei bine (deoarece ei ştiu că în spatele incertitudinii îşi satisfac interesele lor meschine).

Dar, toți acei care mai gândesc şi procedează astfel încă, să țină minte că aşa zisul bine de azi pentru ei, le va deveni răul de mâine şi aşa mai departe, urmărindu-i oriunde se vor duce, chiar şi după ce au plecat din viață.

Definiția binelui (ipoteza mea - nu există bine, nu există rău). Binele este o stare prin care sunt satisfăcute unele interese, însă practic, nu există bine, nu există rău. Exemplu: doi frați, unul este grădinar, altul cărămidar. Plouă. Grădinarul mulțumeşte Domnului, cărămidarul înjură că îi strica cărămida. Unde este binele? Unde este răul? Este doar interesul, şi aşa se pot da multe exemple. Binele, când se apropie de apogeu, este atunci când, (zic eu), celui căruia i-ai satisfăcut interesul, plânge, şi odată cu el, plângi şi tu. De

câte ori ai trăit aceste momente de când exişti, draga române?

Tot în ipoteza mea, nu există adevăr şi dreptate socială. Exemplu: suprimarea vieții unui om, în orice condiții, se consideră crimă. Când suprimi viață cuiva pentru interesul tău personal, eşti considerat criminal şi condamnat conform legilor în vigoare. Insă când suprimi viața unora, în interesul colectivității, țării, națiunii, etc., eşti considerat erou. De ce? (Răspundeți voi).

În ipoteza mea, un conducător este bun dacă, atunci când îşi satisface interesele personale şi de functie, satisface minimul 80% din interesele celor pe care îi conduce, deoarece dintre cei 20% rămaşi nesatisfăcuți, 15% îi sunt inferiori, iar 5% sunt mai deştepți decât el, dar, cei 80%, care sunt în majoritate, îi țin în expectativă, atât timp cât conducătorul le satisface interesul pentru care s-a angajat să îi conducă. O altă sugestie. Primarii generali, de sectoare, oraşe, comune, sate, ar fi bine să ia o zonă mizeră din teritoriul pe care îl tutelează, pe care să o înnobileze din toate punctele de vedere, prestând lucrări, pe cât le stă în putere cu propriile mâini, după orele de serviciu, dând exemplu personal că vorbele spuse în timpul propagandei devin realități (primarul general al capitalei să se ocupe de strada Lipscani şi de un parc lăsat în paragina). Atunci îl vom crede pe domnul primar că este om politic,

nu politician om. Acelaşi lucru ar trebui să-l facă toți cei aleşi, în frunte cu conducătorul statului. Zonele de care se ocupa, ar fi bine să fie marcate cu panouri mari, vizibile, pe care să fie trecute numele şi funcția politica a celui responsabil de curățenia, ordinea şi frumusețea locurilor respective. De asemeni, primăriile să ceară statului ca fondurile pe care le încasează de la deținătorii de autoturisme, pentru întreținerea drumurilor şi străzilor, să fie contabilizate separat şi să fie raportat lunar cum au fost cheltuite. Lucrările executate să fie recepționate de o comisie formată din specialişti cunoscători ai lucrărilor din acest domeniu (ei trebuie să fie deținători de autovehicule). În acelaşi timp, primarul să se angajeze în față asociațiilor de automobilişti ca, în cazul când nu execută lucrările la care s-a angajat, la termen, corespunzător, cantitativ şi calitativ, să fie dat în judecată, personal, atunci când din cauza gropilor de pe străzi, şoferii îşi accidentează maşina, sau o uzează prematur. Comisiile să recepționeze, alături de specialiştii din domeniu, lucrările executate. Şi mai ține minte, dragă române, dacă nu vei lucra cinstit şi corect acolo unde eşti angajat, fără să te gândeşti întâi cât ți se dă, ci să ai pretenții numai după ce ai dat lucrări, produse, bunuri etc., de calitatea şi în cantitatea pentru care meriți retribuția cerută, nu-l vei ajuta pe cel ales să se achite de sarcinile

luate, deoarece, el singur, nu o va putea face niciodată. Toți trebuie să devenim unul singur, de la gând, privire, gest, vorbă, faptă, şi atunci vom deveni mari şi nu vom mai fi de râsul lumii.

Cel ce a conceput şi a întocmit această fişă iți spune: „Dragă române, dacă exişti cu adevarăt, ține minte că oricine vine din afara să te ajute, nu o face fără interes. Hai să facem ce putem, cu propriile noastre forțe, că românul a dovedit de atâtea ori că este mult mai deştept şi isteț decât cei ce au venit să-l ajute, şi numai după ce am epuizat sincer toate resursele noastre să apelam la cei ce ştiu şi pot mai mult decât noi şi sunt cât mai puțin interesați în ajutorul ce ni-l acordă.

Ar mai fi multe de spus. În încheiere, dragă române, citeşte cu atenție cele scrise în fisă cât şi cele aduse în completare, nu cu superficialitate, nu cum eşti de multe ori obişnuit să o faci, că de aceea ne aflam în situația de astăzi.

Într-adevăr, exigentele impuse de această fişă sunt extrem de severe, dar şi importanța acestor functii pentru viața acestui popor, pentru viitorul său, este covârşitoare. De aceea, impunerea unor criterii severe, de moralitate şi profesionalism, măresc mult şansele alegerii unor candidați cât mai competenți.

Semenul şi contemporanul dvs.,
doritor de bine al României,
din toate punctele de vedere,
ing. Valeriu Popa.

P.S. Toți cei care şi-au prezentat la televiziune programele ce le vor îndeplini dacă vor fi aleşi, să completeze fişa, alăturând toate ideile declarate în emisiunile televizate, sub forma de angajament, în fața țării. (Dacă sunt cinstiți şi au curaj). Tuturor celor care vor fi de acord şi vor acționa pentru aplicarea acestei fişe, le mulțumesc în numele sănătății, a liniştei şi prosperității poporului român!

* * *

Revenind în țară după călătoria făcută în America, Canada şi Europa, dl. Popa a conceput şi realizat împreună cu pictorița Staicu Tudora un set de peste 50 de planşe ce prezintă în detaliu procesul naşterii în dublă ipostază, atât din punct de vedere biologic, aşa cum ştiința a pus în evidență prin ultimile cuceriri ale ei, cât şi al fenomenelor spirituale ce au loc înainte de concepție şi până după naşterea fizică.

O altă grupă de planşe ilustrează şi explică cum are loc procesul morții, al desprinderii formei energetice de trupul fizic şi ce se întâmplă cu partea spirituală după separarea de corpul fizic.

Aceste planşe vor fi prezentate într-o expoziție ce se va ține probabil în cadrul Universității Ecologice. De asemenea, dl. Popa intenționează

să realizeze şi un album în care fiecare planşă va conține explicații detaliate referitoare la conținutul ei şi trimiteri la diferite lucrări care tratează acest subiect. Sursa principală de inspirație a descrierii fenomenelor spirituale o constituie lucrarea „DIN TAINELE VIEȚII ŞI ALE UNIVERSULUI” de Scarlat Demetrescu.

Pentru a oferi cititorului o cât de mică idee despre aceste planşe, care până în prezent, prin conținutul de idei, sunt unicat în lume, am prezentat şapte dintre ele în anexa acestei cărți. Deşi ele necesită o explicare mult mai detaliată, câteva amănunte despre fiecare sunt totuşi bine venite, având în vedere spațiul lucrării de față.

În planşa 1 este prezentat Pământul cu zonele sale fluidice, locurile în care vieţuiesc oamenii în forma spirituală şi de unde vin la viață în planul fizic al planetei.

Planşa 2 ilustrează persoanele fizice şi spirituale prezente la momentul concepției în urma căreia se va dezvolta viitorul trup fizic al candidatului la o noua viață în corp fizic.

Planşa 3 ilustrează un moment din perioada de evoluție intrauterină, activitatea entităților spirituale la desăvârşirea acestui proces şi spiritul candidat la întrupare, stând în jurul mamei, în stare fluidică, sub formă de trunchi de con.

Planşa 4 arată cele trei zone situate pe corpul mamei unde spiritul fiu se leagă de corpul ei. Mai

este prezentată şi modalitatea în care spiritul fiu preia din energia mamei în timpul nopții şi din cea a tatălui în timpul zilei.

Planşa 5 ilustrează ce se întâmplă în planul energetic în momentul naşterii şi influentele ce se exercită asupra noului născut în acele clipe.

Planşa 6 prezintă procesul morții, al desprinderii părții spirituale de trupul fizic.

Planşa 7 arată cum are loc „Judecata" de la sfârşitul ciclului evolutiv de aproximativ 26000 de ani de pe acestă planetă.

Cap. XI – NOI

În urma activității desfăşurate în America, de ajutorare a unor semeni aflați în suferință şi a rezultatelor obținute de aceştia, revista Zum din New York îi solicita un interviu inginerului Popa, apărut pe data de 15 oct. 1993, sub titlul „Valeriu Popa, un Edgar Cayce al românilor”. Iată câteva fragmente din el:

Este iarnă. O zi a lui decembrie 1995. Dimineața, după ce m-am trezit, iau treningul pe mine şi ies să alerg. Afară e zăpadă şi ninge liniştit, parcă vrea să se oprească. Fulgii scânteiază în căderea lor molcomă, când trec pe lângă luminile încă aprinse. Imaginea iți dă impresia că face parte dintr-un basm. Îmi aduce aminte de copilărie, când trăiam fără nici o grijă. După ce îmi termin setul de exerciții, o iau spre casă în alergare uşoară.

Pe drum mă întâlnesc cu un prieten din copilărie, Ailoaie Octavian, acum inginer de calculatoare la Institutul de Medicină Sportivă. Ne salutăm şi, din vorbă în vorbă ajung să îi povestesc de intenția mea de a un post de 40 de zile, în colaborare cu un grup de medici care să observe şi să analizeze reacțiile şi evolutia organismului în această perioadă şi în timpul revenirii la alimentație, încă 20 de zile. Ideea i s-a

părut interesantă şi mi-a promis că o să discute la institut cu şefa laboratorului de cercetare, dr. Rosseti Ana, dacă există o posibilitate de colaborare pe această temă.

După 2-3 zile, Octavian mă anunță că a obținut acordul colectivului de cercetători de la institut, dar propunerea mea trebuie mai întâi adusă la cunoştință d-lui director, prof. dr. Ioan Drăgan şi, dacă îşi dă consimțământul, putem apoi întocmi protocolul după care se va desfăşura experimentul.

Luni dimineața mă prezint la dl. director şi îi prezint, în câteva minute, propunerea mea şi scopul urmărit. Dânsul se arată deschis şi interesat într-o colaborare stiințifică pe o asemenea temă, dar îşi păstrează o rezervă de scepticism, sfatuindu-mă că totuşi să nu exagerez şi că ar fi mai prudent să mă opresc pe la 20-25 de zile. Eu rămân însă hotărât în decizia luată şi stabilim începerea experimentului pentru data de 11 ianuarie 1996.

Condițiile de lucru au fost stabilite în contractul de colaborare şi față de acestea am adus unele modificări, în sensul că din a 28-a zi şi până la sfârşitul postului, la apa distilată am adăugat zilnic o cană de suc de legume şi fructe şi o cană de zer de lapte crud (de preferință de capră roşie), în care am lăsat la macerat coajă de ou roşu de găină de la țară, îndulcit cu puțină miere.

Pe durata experimentului am venit periodic la institut, unde circa 30-40 de cadre medicale din 9 cabinete de specialități diferite, m-au supus la analize şi teste specifice domeniului lor de cercetare. La fiecare termen mi se făceau, în medie, între 120-150 de măsurători, analize şi teste.

În primele 21 de zile am mers la serviciu, iar în perioada următoare am luat concediu de odihnă. Pe toată durata experimentului am făcut zilnic plimbări de 4-8 km., indiferent de vremea de afară, cu excepția zilelor 24-26, când mi-a fost rău şi nu prea am putut să mă ridic din pat.

Colaborarea cu personalul medical a fost bună, unii arătându-se în mod real interesați de evoluția experimentului, alții fiind însă mai sceptici şi fără să ia prea în serios ceea ce făceam. Citind concluziile finale, care de altfel sunt riguroase din punct de vedere ştiințific, în afara unor mici neconcordanțe privind modalitatea de revenire la o alimentație normală, bazată în principal pe cruditați, am fost surprins să constat că în privința stărilor psihic-afective, multe din concluziile medicilor de specialitate reflectau într-o măsură foarte săracă şi incompletă trăirile mele. Este însă adevarăt că în toată această perioadă am fost concentrat foarte mult pe interiorul meu, neținând prea mult cont de felul cum sunt văzut din afară şi fără să caut schimbarea părerilor celor din jur față de mine

astfel încât să corespundă într-o măsură mai mare cu realitatea stărilor mele, gândurilor şi trăirilor pe care le aveam.

În urma acestei cure de dezintoxicare am ajuns la o cunoaştere de sine mai bună, am aflat noi lucruri despre mine, experiențele trăite mi-au oferit certitudini care până atunci erau pentru mine doar ipoteze aflate din cărți sau auzite de la alții, noi întrebări şi teme de reflecție mă preocupă.

Din întâmplările trăite pe durata celor 60 de zile ale experimentului, doresc să va împărtăşesc două dintre ele, pe care le consider mai importante pentru cititor deoarece sunt confirmate de martori oculari, excluzând astfel subiectivitatea mea.

Postul a început bine şi a decurs normal, fără probleme deosebite până în a 24-a zi. Atunci, în timpul zilei mi-a fost cam rău, au început să apară dureri de cap şi stări de vomă. Spre seară s-au accentuat şi au durat aproape toată noaptea. Eram hotărât să am răbdare, aşteptând diminuarea treptată a durerilor. Totuşi, noaptea stările de rău au persistat şi nu am reuşit să dorm. Mă simțeam tot mai sleit de puteri. Dimineața, cam pe la ora 4, am „murit”. Am ieşit din corp şi durerile au dispărut. După vreo oră m-am reîntors, dar nu ştiam cum să intru din nou în corpul meu fizic. Zăcea acolo în pat, nemişcat şi nu ştiam ce să fac. Atunci, aşa cum

mă aflam în corpul energetic, m-am dus la uşă la dormitorul lui nenea Popa, am reuşit să bat şi am intrat. I-am spus că nu ştiu cum să intru în corpul fizic şi dansul m-a ajutat.

Când mi-am simțit corpul fizic, era greu că un bolovan. Nu puteam mişca nimic. Încet, am reuşit să întredeschid puțin ochii, să mişc puțin degetele de la mâini, de la picioare, apoi am adormit uşor, pe nesimțite, un somn profund şi odihnitor. Când m-am trezit, eram mult mai bine. Această întâmplare mi-a relatat-o întocmai şi nenea Popa, câteva zile mai târziu, fără ca eu să-i fi spus ceva despre ea.

Pe la sfârşitul postului, în ziua a 40-a, când am început să introduc în alimentație şi zeama de orez, am plecat cam pe la prânz după apă distilată, căci era pe sfârşite. Acolo m-am întâlnit cu Gelu şi cu o doamnă care veniseră tot pentru apă distilată. După ce am stat de vorba câteva minute, doamna a plecat acasă, iar Gelu m-a condus până la stația de maşină, ajutându-mă să car cei 24 de litri de apă pe care îi cumpărasem. Pe drum mi-a povestit ce i s-a întâmplat cu vreo 2-3 zile în urma. În jurul prânzului, se afla împreună cu soția sa în bucătăria apartamentului unde locuiesc, pregătind nişte legume pentru masă. Şedeau amândoi pe câte un scaun, iar Gelu curăța nişte ceapă. La un moment dat simte că cineva priveşte din pragul uşii de la bucătărie. Instinctiv ridică ochii şi se

uita într-acolo. Rămâne cu ochii ațintiți spre holul din apartament. Acolo eram eu, materializat de la nivelul capului până la brâu, privindu-l insistent. Ochii ni s-au întâlnit, ne-m uitat unul la altul, iar după o vreme am dispărut. El a rămas în continuare cu privirea ațintită în gol. După un timp, soția, observându-i atitudinea ciudată, îl întreba ce s-a întâmplat. Gelu i-a răspuns: „A fost Ovidiu aici, a stat puțin, ne-a privit şi apoi a plecat”. Fiind obişnuită cu relatări neobişnuite din partea lui, soția a luat ca atare răspunsul primit, după care şi-au văzut mai departe de treabă.

Ar mai fi multe de povestit, dar aceste trăiri sunt în mare parte noi şi pentru mine, de aceea am nevoie de timp să le înțeleg mai bine, să mi le pot explica mai amănunțit, să le repet şi poate atunci voi mai vorbi despre ele. Oricum, cei care doriți să faceți acest post, ar fi bine să va pregătiți temeinic înainte, din punct de vedere psihic şi fizic că să înlăturați teama, unul din cele mai mari obstacole.

În continuare voi prezenta contractul de colaborare, o parte din analizele efectuate, iar în anexa şi câteva poze făcute în perioada postului şi la aproape 3 luni după terminarea experimentului.

Ştiința s-a impus în lumea contemporană datorită probelor materiale dovedite cu repetabilitate. De aceea, din 15 ianuarie 1997 am

ținut din nou un post de 40 de zile, de data aceasta injumătățind apa distilată cu sucuri. Pe 24 februarie 1997 am făcut analizele la Spitalul Universitar Bucureşti. Rezultatele sunt prezentate la sfârşitul capitolului. Concluziile se desprind de la sine.

Asfinţit - răsărit

Într-o zi de răgaz, nenea Popa stă de vorbă cu fiul dânsului cel mic, Rodi (pe atunci un băieţel de vreo 5 ani).

- Unii oameni ştiu a face să se vorbească despre ei prin faptele lor bune sau rele. Tu din care categorie vrei să faci parte?

- Dintre cei cu fapte bune, răspunde Rodi, dar după câteva clipe de gândire, mai adaugă: „Da, da e gheu" (greu, aşa pronunța el atunci).

- De ce e greu mai Rodişor, întrebă tatăl.

- E gheu, că trebuie să munceşti mult!

.....

Cartea e de mult gata.....

Este primăvară. Anul 20.... Încet, după-amiaza cuprinde întreg oraşul. Soarele străluceşte blând şi mângâietor. Parcul e învăluit într-o vibrație odihnitoare. Jucăuşe, pasarelele ciripesc în razele de soare, stropindu-se cu mărgăritare de apă.

Pe aleea ce duce de la debarcader spre teatrul de vară, pe la jumătate, se afla un rond mare de flori. Din mijlocul lui se înalță impunătoare şi senină, o statuie. La picioarele ei, sculptat din acelaşi material, un cățel priveşte atent în zare. O lumină imaterială scaldă în apele-i sclipitoare

chipul senin al Omului. Capul câinelui este ridicat, privirea atenta, concentrată, parcă ar asculta dacă nu cumva îl striga cineva: „T.....!”

CUPRINS

Cap. I - PRIMUL PAS 8
Cap. II - NORI, SOARE 12
Cap. III - SURIOARE 23
Cap. IV – FRATI 55
Cap. V - INEPUIZABILA FORȚĂ A VIEȚII 88
Cap. VI - MARTURII CUTREMURATOARE 113
Cap. VII - GREŞELILE SE PLĂTESC 166
Cap. VIII - DIN ÎNTAMPLĂRI ADEVĂRATE 176
Cap. IX - AMERICA ŞI CANADA 217
Cap. X – IPOTEZE, IDEI PENTRU CEI CARE VOR SINCER BINELE ROMÂNIEI 238
Cap. XI – NOI 254